BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa anak-anak dianggap sebagai periode penting karena pada usia ini, proses tumbuh kembang anak berlangsung dengan cepat. Pengelompokan usia anak dibagi menjadi tiga kategori: balita (1-5 tahun), anak usia dini (5-6 tahun), dan anak usia sekolah (6-10 tahun) (’Aini *et al.,* 2023). Anak sekolah dasar merupakan kelompok yang mulai mengembangkan kemandirian dan menentukan batas-batas norma, serta tergolong dalam kelompok yang sangat rentan terhadap masalah gizi dan kesehatan (Dungga, 2020). Masalah gizi seimbang pada anak usia sekolah dasar menjadi masalah kesehatan yang dapat berdampak pada anak di masa depan, seperti obesitas (Oktaria *et al.*, 2020).

Obesitas merupakan penumpukan lemak yang terjadi akibat ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi dalam jangka panjang. Hal ini memiliki dampak yang serius bagi anak-anak, seperti kesulitan bergerak dan berisiko lebih tinggi terhadap penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung di kemudian hari. Selain masalah kesehatan, obesitas juga berdampak psikososial, seperti menurunnya prestasi akademik dan kualitas hidup, serta meningkatkan risiko stigma dan perundungan, yang dapat mengurangi kepercayaan diri anak. Oleh karena itu, pencegahan obesitas sejak dini sangat penting, karena kebiasaan yang terbentuk saat kanak-kanak berdampak jangka panjang pada kesehatan mereka (Zahari *et al.*, 2022).

Obesitas telah menjadi masalah global yang jelas berdampak serius bagi kesehatan dan kualitas hidup seseorang. Komplikasi obesitas seperti penyakit kardiovaskular, diabetes, kanker, gangguan neurologis, penyakit pernapasan kronis, dan gangguan pencernaan, menyebabkan kematian setidaknya 2,8 juta orang di dunia (Sumarni dan Bangkele, 2023). WHO melaporkan bahwa pada tahun 2021 lebih dari 1 milliar orang di dunia mengalami obesitas terdiri dari 650 juta orang dewasa, 340 juta remaja, dan 39 juta anak-anak hal ini membuktikan bahwa obesitas masih menjadi masalah kesehatan (Az-Zahra *et al*., 2022). Pada tahun 2020, lebih dari 340 juta anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun mengalami kelebihan obesitas (WHO, 2021). Angka ini mengalami peningkatan pada tahun 2022, yaitu lebih dari 390 juta anak-anak dan remaja berusia 5–19 tahun mengalami obesitas. Peningkatan ini terjadi baik pada anak perempuan maupun anak laki-laki, dimana pada tahun 2022 tercatat 19%

anak perempuan dan 21% anak laki-laki mengalami kelebihan berat badan (WHO, 2024).

WHO melaporkan bahwa 62% orang yang mengalami obesitas di seluruh dunia tinggal di negara berkembang dan angka ini telah meningkat tiga kali lipat, sehingga menjadi salah satu masalah kesehatan utama, terutama di negara berkembang seperti Indonesia (Makmun *et al.,* 2023). Prevalensi obesitas di Indonesia pada kategori semua umur terus meningkat dari 14,8% pada tahun 2013 (Riskesdas, 2013) menjadi 21,8% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018) dan kembali naik menjadi 23,4% pada tahun 2023 (SKI, 2023). Prevalensi status gizi (IMT/U) yang mengalami obesitas tertinggi di indonesia terdapat pada anak dan remaja usia 5-12 tahun yaitu 7,8%, serta di Provinsi Bengkulu adalah 9,6% (SKI, 2023).

Data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (2024) melalui kegiatan penjaringan kesehatan, prevalensi obesitas di kalangan anak usia sekolah dasar adalah 3,0%, dengan data tertinggi terdapat di Puskesmas Sawah Lebar yang mencatat 11% anak mengalami obesitas. Dari data yang diperoleh, prevalensi obesitas pada anak yang dijaring di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu mencapai 30,9%.

Menyadari dampak serius obesitas pada anak-anak, pemerintah Indonesia telah merumuskan berbagai upaya strategis untuk menekan angka obesitas. Pada tahun 2030, Kementerian Kesehatan menargetkan penurunan angka obesitas sebesar 3%. Salah satu langkah pemerintah dalam penanganan masalah ini adalah melalui Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas (GENTAS), yang bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat serta mendorong peran aktif dalam mencapai berat badan ideal (Rahmawati *et al.,* 2023). Selain itu, kebijakan ini didukung oleh Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas), yang mengajak seluruh lapisan masyarakat untuk membudayakan pola hidup sehat, seperti melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit setiap hari, mengonsumsi buah dan sayur secara rutin, serta mengikuti edukasi tentang hidup sehat (Cahyani *et al.,* 2023). Pencegahan obesitas sejak dini juga dilakukan melalui program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat, Sadar Pangan Aman (Germas SAPA), yang bertujuan menginspirasi para pendamping kesehatan, kader, guru, kepala sekolah, dan petugas kantin untuk mengedukasi anak-anak dalam memilih makanan dan camilan sehat, seperti buah-buahan (Kemenko, 2023).

Obesitas terdiri dari faktor risiko yang beragam dan *multidimensional*. Konsumsi kalori berlebih dibandingkan dengan yang dikeluarkan menyebabkan

peningkatan berat badan dan lemak badan. Pola makan yang tidak seimbang serta kurangnya aktivitas fisik merupakan faktor utama penyebab obesitas (Smith *et al.*, 2020). Konsumsi *junk food*, makanan cepat saji, minuman manis, dan makanan ringan dapat meningkatkan risiko obesitas pada anak-anak (Fadilah dan Sefrina, 2022). Perilaku *sedentary* (kurang gerak) juga memiliki hubungan yang erat dengan terjadinya obesitas, karena kemajuan teknologi saat ini membuat anak cenderung lebih suka bermain *handphone* dan bermain *game* daripada beraktivitas fisik (Alkautsar, 2022). Hasil penelitian Maharani dan Hernanda (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan durasi tidur dengan kejadian obesitas akibat kurangnya durasi tidur dapat meningkatkan nafsu makan (Maharani dan Hernanda, 2020).

Selain faktor-faktor perilaku dan pola makan, 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. Hasil penelitian oleh Makmum dan Putri (2021), kurangnya pengetahuan dan sikap sehari-hari yang tidak menerapkan pola makan seimbang sehingga mengakibatkan ketidakseimbangan antara asupan gizi yang diterima dan yang dikeluarkan oleh tubuh, yang pada akhirnya dapat menyebabkan obesitas pada individu (Kusbandiyah, 2022). Peningkatan pengetahuan seseorang dapat menyebabkan perubahan dalam sikapnya, pada jangka waktu tertentu sikap seseorang akan menjadi positif sehingga terjadinya perubahan perilaku kesehatan (Jannah dan Kusumaningrum, 2021).

Dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap anak mengenai pencegahan obesitas diperlukan media yang interaktif dan menarik. Salah satu media yang dapat digunakan adalah media *magic lift the flap book* atau biasa dikenal dengan *lift the flap book*. Hasil penelitian Harvianto *et al.*, (2022) menyatakan bahwa media *lift the flap book* dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap anak usia sekolah 10-12 tahun tentang vitamin larut lemak pada makanan (p=0,0001). Hasil uji daya terima media *lift the flap book* menggunakan kuisioner dengan 7 aspek yang digunakan untuk melihat daya terima responden terhadap media dapat disimpulkan bahwa media *lift the flap book* mudah dipahami dan diterima dengan baik. Media *lift the flap book* dapat dikembangkan menjadi media interaktif untuk mengedukasi siswa di sekolah, sehingga dapat mendukung perbaikan status gizi dan kesehatan pada anak usia sekolah.

Berdasarkan uraian permasalahan pada latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti "Pengaruh media *magic lift the flap book* terhadap pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas masih tingginya angka kejadian obesitas pada anak di Kota Bengkulu dan seriusnya dampak yang ditimbulkan obesitas pada anak. Maka, pertanyaan pada penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh media *magic lift the flap book* terhadap pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh media *magic lift the flap book* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui karakteristik anak meliputi jenis kelamin, TB, BB, IMT, pekerjaan ibu dan pola makan.
b. Diketahui rerata pengetahuan anak sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan tentang pencegahan obesitas dengan media *magic lift the flap book* pada anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu.
c. Diketahui rerata sikap anak sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan tentang pencegahan obesitas dengan media *magic lift the flap book* pada anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu.
d. Diketahui perbedaan rata-rata pengetahuan dan sikap anak sebelum dan sesudah dilakukan edukasi kesehatan dengan media *magic lift the flap book* pada anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Puskesmas

Dapat bermanfaat dalam menambah wawasan dan menjadi refrensi bagi institusi pelayanan kesehatan dalam merancang program pencegahan obesitas. Dengan memahami media interaktif, lembaga dapat mengembangkan materi atau edukasi yang menarik dan interaktif bagi anak-anak, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka tentang kesehatan dan gizi.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

2. Instansi Pendidikan

   a. Bagi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

      Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi untuk menambah wawasan dan bacaan di jurusan Promosi Kesehatan. Dapat menjadi acuaan atau refrensi untuk penelitian selanjutnya.

   b. Bagi SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu

      Media *magic lift the flap book* dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai media pembelajaran tentang pencegahan obesitas dan dapat menjadi refrensi dalam pembelajaran tentang pencegahan obesitas.

3. Bagi Peneliti Lain

   Penelitian ini diharapkan dapat menjadi refrensi dan memberikan infromasi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian yang berhubungan dengan media *magic lift the flap book* atau *lift the flap book* tentang pencegahan obesitas.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama peneliti dan Tahun	Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
1.	Enny Kusbandiyah., *et al* (2022)	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Pop Up Book Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Obesitas Di SDII AL Abidin Surakarta	Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan rancangan *pre and post with control grup*	Hasil penelitian pendidikan kesehatan menggunakan *media pop up book* tentang gizi seimbang mampu meningkatkan dan mempengaruhi pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada anak obesitas	Populasi, sampel, media yang digunakan dan lokasi penelitian.
2.	Anisa Sagita., *et al* (2022)	Pengaruh Edukasi Melalui Media Poster, Animasi dan Miniatur Terhadap Pengetahuan Obesitas Anak Sekolah Dasar	Jenis penelitian *quasi experimental* dengan rancangan *pre post test with control group design*	Hasil penelitian ini yaitu terdapat pengaruh edukasi dengan menggunakan media audio visual dan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan pada anak-anak tentang obesitas dan tidak terdapat pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan pada anak-anak tentang obesitas	Populasi, sampel, media yang digunakan dan lokasi penelitian.

No	Nama peneliti dan Tahun	Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
3.	Audrey Zalika Harvianto., *et al* (2022)	Pengaruh Pendidikan Gizi *Lift the flap book* Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Usia Sekolah 10-12 Tahun Tentang Vitamin Larut Lemak	Jenis penelitian yang digunakan adalah *Kuasi Eksperimental*. Desain yang digunakan adalah *one group pretest – posttest.*	Hasil penelitian ini adalah *Lift the flap book* dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap vitamin larut lemak (p=0,0001) pada anak usia sekolah 10-12 tahun	Topik penelitian, populasi, sampel, dan lokasi penelitian.
4.	Maharani, S., dan Hernanda, R. (2020)	Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah	Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode *Survey Analitik*, dengan rancangan *Cross Sectional*.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin tidak berhubungan dengan obesitas, sedangkan durasi tidur dan aktivitas fisik berhubungan dengan obesitas pada anak usia sekolah di SDN 10 Semende Darat Laut Kabupaten Muara Enim	Metode penelitian, populasi, sampel dan lokasi penelitian.
5.	Wike Afrilia Ningsih *et al* (2024)	Pengaruh Edukasi Kesehatan Menggunakan Media *Crossword Puzzle* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Tentang Pencegahan Obesitas di SD Negeri 78 Kota Bengkulu	Jenis penelitian yang digunakan adalah metode *pre-experiment* desain penelitian menggunakan rancangan *one group pre-test* dan *one-group post-test*	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh media *Crossword Puzzle* terhadap pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di sd negeri 78 kota bengkulu	Populasi, sampel, media dan lokasi penelitian.