

**EFEKTIVITAS PENYULUHAN KESEHATAN DALAM MENINGKATKAN
PENGETAHUAN KELUARGA TENTANG OBESITAS PADA
ANAK SEKOLAH**

Eko Riyanti ¹, Eka Puji Lestari ²

Akademi Keperawatan Pemkab Purworejo
Purworejo, (0275) 3140576

E-mail : riyantieko49@yahoo.co.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 angka kejadian obesitas ini meningkat secara nyata pada anak yang tadinya 26,6% kini menjadi 31,0 %. Pada wawancara yang dilakukan di rumah An. N dan An. A beserta 2 keluarga yang memiliki anak usia 6-12 tahun, didapatkan kesimpulan bahwa 2 anggota keluarga tidak mengetahui masalah obesitas dan cara penanggulangan obesitas, hal ini terjadi karena adanya defisiensi pengetahuan dari kedua orang tua. **Tujuan :** mengetahui efektivitas penyuluhan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan keluarga tentang obesitas pada anak sekolah di Desa Bapang Sari dan Dadirejo tahun 2019. **Metode :** Penelitian ini dengan metode diskriptif dengan desain studi kasus. Pada penelitian ini penulis mengambil 2 keluarga pada tahap masa perkembangan anak sekolah usia 6-12 tahun dengan masalah kesehatan yang sama yaitu obesitas. Pengambilan data dilakukan dengan pembagian ceklist tentang obesitas kepada keluarga. Status gizi anak ditentukan dengan pengukuran tinggi badan dan berat badan anak. **Hasil :** Setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang masalah obesitas pada kedua keluarga tingkat pengetahuan meningkat dari 20 % menjadi 80% dan 40 % menjadi 70%. **Kesimpulan :** Penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan keluarga tentang obesitas pada anak sekolah.

Kata kunci : Penyuluhan Kesehatan, Pengetahuan, Obesitas.

ABSTRACT

Background : According to the Basic Health Research Survey Data (RISKESDAS) in 2018, the incident of obesity has increased significantly in children, which was 26,6 % to 31,0 %. In the field observation made at An's house N and An. A with interview and action methods to 2 families who have children aged 6-12 years, it was concluded that two family members did not know the problem of obesity and how to overcome obesity, this happened because of the lack of knowledge from both parents, heredity, and others. **Objective :** To determine the level of parental knowledge about obesity in An. N and An. A in the village of Bapang Sari and Dadirejo in 2019. **Method :** This research uses descriptive method with cross sectional design. In this study the authors took 2 families at the developmental stage of school children aged 6-12 years in different villages with the same health problem namely obesity. Data collection was carried out by distributing checklist about obesity to family. The nutritional status of children is determined by measuring the child's height and weight. **Result :** After being given health education about the problem of obesity in both families the level of knowledge increased from 20% to 80% and 40% to 70%. **Conclusion:** Health education is effective in increasing family knowledge about obesity in school children.

Keyword : Health Education, Knowledge, Obesity.

Latar Belakang

Di Indonesia terutama di daerah kota besar sudah terjadi peningkatan angka yang cukup signifikan mengenai faktor resiko terjadinya obesitas dikalangan masyarakat terutama pada anak sekolah dasar yang sering mengalami perubahan pola gaya hidup, sehingga berakibat pada perubahan pola makan menjadi tinggi kalori, lemak, dan kolesterol, dan tinggi gula sederhana (Saputri, 2018).

Obesitas adalah suatu kelainan yang ditandai oleh penimbunan jaringan lemak yang berlebih dalam tubuh. Salah satu kelompok usia yang mempunyai resiko tinggi mengalami masalah obesitas adalah kelompok anak dengan usia 6-12 tahun. Pengetahuan gizi ibu berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak. Hal tersebut mempengaruhi pemilihan nutrisi yang dikonsumsi anak (Merisya, 2014).

Menurut Jurnal yang diteliti oleh Andriyani, Rika and Febrianti, Lucky Shinta, 2014 mengemukakan bahwa data survey yang dilakukan oleh Lembaga Survey Gizi dan Kesehatan Nasional (NHANES) atau *National Health and Nutrition Examination Survey* periode 1976-1980 dan 2003- 2006 terkait tentang masalah obesitas di lingkungannya yang terus meningkat dan itu banyak terjadi pada anak usia 6-12 tahun dengan angka kejadian 6,5 % meningkat menjadi 17 %. Fenomena ini terjadi akibat rendahnya kesadaran masyarakat dalam memberi pendidikan terhadap anak anaknya untuk selalu hidup sehat dengan mencukupi kebutuhan asupan serat hariannya, banyak beraktivitas, cukup berolahraga, dan

menghindari konsumsi makan makanan yang tinggi kadar kalornya, seperti makanan cepat saji.

Menurut WHO tahun 2014, mengatakan bahwa jumlah anak yang mengalami berat badan lebih atau obesitas yang mempunyai usia dibawah lima tahun mencapai 42 juta anak dan selain itu ada 35 juta anak yang hidup di negara berkembang.

Menurut Ekaningrum, Anissa Yuri, dkk, 2017 di Indonesia banyak sekali peningkatan yang terjadi pada anak yang mengalami gizi berlebih atau berat badan berlebih atau obesitas. Secara global di Indonesia prevalensi anak yang mengalami obesitas akan mencapai 9,1 % atau sekitar 60 juta jiwa di tahun 2020 mendatang. Menurut Data Riskesdes (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2018 menyebutkan bahwa banyak sekali masalah kesehatan yang dialami oleh anak yakni salah satunya adalah gizi berlebih dan menurut prevalensi yang sudah ada terutama terjadi pada anak usia Sekolah Dasar (7-12 tahun) sebesar 31,0 %.

Menurut Khomsan yang dikutip dari Journal Merisya tahun 2014, ada beberapa faktor yang mengakibatkan terjadinya obesitas pada anak yaitu keturunan (hereditas) adalah salah satu faktor yang menjadi penyebab obesitas pada anak. Pada dasarnya anak yang mempunyai keturunan obesitas mempunyai peluang 10 % untuk mengalami obesitas juga. Meskipun pada kenyataannya berat badan orang tua anak masih termasuk dalam kategori normal. Selain faktor keturunan, ada juga kurangnya pengetahuan dan salah persepsi tentang kebutuhan makanan dan nilai makanan yang dikonsumsi. Faktor lingkungan seperti

gaya hidup yang bebas dan budaya daerah yang mempunyai peran penting dalam meningkatkan prevalensi obesitas di dunia. Oleh sebab itu, anak dalam tahap ini perlu mendapatkan perhatian penuh dari sudut perubahan pola makan sehari-hari karena makanan yang sering dikonsumsi anak dalam jangka waktu lama dan berturut-turut akan menimbulkan efek yang mengakibatkan anak mempunyai pola kebiasaan makan pada tahap-tahap selanjutnya.

Berdasarkan hasil observasi lapangan yang dilakukan oleh penulis dengan memberikan wawancara kepada 10 orang tua yang memiliki anak dengan usia 6-12 tahun, didapatkan hasil bahwa 6 diantara 10 orang tua tidak mengetahui faktor apa saja yang menyebabkan anak menjadi obesitas di usia anak sekolah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab anak usia 6-12 tahun terjadi obesitas yaitu salah satunya adalah defisiensi pengetahuan terhadap obesitas. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengambil masalah keperawatan tentang “Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Dalam Meningkatkan Pengetahuan Keluarga Tentang Obesitas Pada Anak Sekolah”.

Metode

Desain penelitian ini adalah *deskriptif*, dalam bentuk studi kasus. Penelitian diarahkan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan bagaimana selama

Pelaksanaan pengumpulan data dilakukan di RSUD Dr. Soedirman Kebumen khususnya di ruang ICCU. Waktu penelitian studi kasus ini 1 minggu dengan pertemuan tiap minggunya selama 7 kali pertemuan di

rumah keluarga klien yang terletak di Desa Bapangsari, Rt 01 Rw 02, Desa Kuwojo, Rt 02 Rw 02, Dadirejo, Kecamatan Bagelen, Kab Purworejo.

Pengumpulan data tentang, yaitu:

1. Observasi

Dalam penelitian ini, untuk observasi dilakukan dengan cara pemberian pendidikan kesehatan, SAP, tutorial video senam, inform consent, ceklis, dan lainnya, yang dilaksanakan pada 14 Mei sampai 20 Mei 2019 dan 26 Mei 2019 sampai 01 Juni 2019.

2. Pengukuran

Dalam penelitian ini, penulis mengukur menggunakan alat ukur pemeriksaan, seperti melakukan pengukuran tekanan darah, menghitung frekuensi napas, dan menghitung frekuensi nadi,

3. Wawancara

Dalam penelitian ini dilakukan pada tanggal 14 Mei 2019 dan 26 Mei 2019 berisi hasil anamnesis tentang identitas klien An. N dan An. A, keluarga klien, alamat rumah klien, genogram, keluhan utama klien, riwayat penyakit dahulu, sekarang, sebelumnya, riwayat keluarga inti, pemeriksaan fisik penulis dan data pendukung lainnya.

4. Dokumentasi

Dalam penelitian ini menggunakan ceklis berupa 10 pertanyaan tentang obesitas, Pendidikan Kesehatan, ceklis kontrol berat badan, isi piringku, dan informed consent

Instrumen pengumpulan data yang meliputi:

1. Lembar pengukuran antropometri dan IMT
2. Ceklis berupa 10 pertanyaan tentang obesitas untuk mengukur tingkat pengetahuan

Uji keabsahan data dimaksudkan untuk menguji kualitas data atau informasi yang diperoleh dalam penelitian sehingga menghasilkan data dengan validitas tinggi. Triangulasi dalam penelitian ini menggunakan triangulasi observasi, yaitu hasil pengukuran pengetahuan *rate post test*.

Hasil

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh penulis, dengan masalah klien dengan tahap perkembangan anak sekolah dengan masalah obesitas dengan defisiensi pengetahuan didapatkan hasil bahwa pada klien pertama, An. N dengan keluarga Tn. A, mereka mampu mengenali masalah kesehatan yang ada dikeluarganya ditunjukkan dengan semakin membaik pendidikan kesehatan yang diberikan dilihat dari monitoring pasien dari 20 % menjadi 80 %, berat badan turun menjadi 54 kg, aktivitas dan makannya mampu terkontrol, pihak keluarga mensupport bentuk kesehatan anak ditunjukkan dengan mampunya Tn. A memberikan keputusan untuk menandatangani *inform consent*, keluarga mampu merawat anggota keluarganya yang sakit secara mandiri, mereka mampu menjaga rumahnya agar tetap bersih dan sehat, dan mereka mengetahui dan mau menggunakan fasilitas kesehatan yang ada disekelilingnya.

Untuk keluarga Tn. S dengan An. A didapatkan hasil bahwa ia mampu mengetahui masalah kesehatan yang ada di keluarga, kepala keluarga mampu mengambil keputusan untuk diberikan penanganan obesitas anaknya, keluarga belum mampu merawat anggota keluarganya dibuktikan dengan cara mereka masih membiarkan anaknya untuk obesitas, keluarga mampu merawat rumahnya agar tetap sehat, dan keluarga mampu memakai fasilitas kesehatan yang ada dilingkungan setempat.

Pembahasan

1. Gambaran tingkat pengetahuan tentang obesitas sebelum diberikan penyuluhan

Pada saat awal pengkajian didapatkan presentase pengetahuan pada An. N 20 % dan An. A 40 %. Menurut Riska Andriyani dan Lucky Shinta Febrianti, (2014) mengatakan bahwa defisiensi pengetahuan adalah kurang dan salahnya informasi yang didapatkan oleh pihak keluarga dan anak dalam kesehariannya. Hal itu mampu ditunjukkan dalam wawancara terkait materi obesitas. Seharusnya orang tua tahu bahwa dampak negatif dari obesitas ini yaitu menimbulkan komplikasi dari munculnya penyakit-penyakit lain seperti penyakit diabetes tipe II pada anak, asma bronchial, hipertensi serta penyakit lainnya. Selain itu ada juga beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang dalam masalah obesitas, antara lain pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan.

2. Gambaran tingkat pengetahuan tentang obesitas setelah diberikan penyuluhan

Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang masalah obesitas, pada kedua keluarga menjadi paham dibuktikan dengan tingkat pengetahuan semakin membaik dari 20 % menjadi 80% dan 40 % menjadi 70%.

Menurut Pravasta Ade Pratama, (2018) tingkat pengetahuan klien dan keluarga pada masalah obesitas sesudah diberikan tindakan pendidikan kesehatan mengalami peningkatan pengetahuan keluarga menjadi lebih baik. Karena metode ini sangat berguna untuk mengatasi keterbatasan pengalaman yang dimiliki klien dan keluarga dimasyarakat.

Menurut Livia Nur Ghassani, (2016) Obesitas pada anak terjadi salah satunya karena kurangnya informasi yang didapatkan oleh keluarga khususnya ibu dalam merawat anaknya menggunakan pola yang salah seperti selalu membiasakan anak untuk sedikit makan sayur dan buah. Menurut Claire, (2010) dan Shweta, (2011) dalam Jurnal Ika Riswanti, (2016) Pendidikan kesehatan adalah pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat dalam meningkatkan perbaikan pangan dan status gizi

Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan keluarga tentang obesitas pada anak sekolah.

Ucapan Terima Kasih

Dalam hal ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Akper Pemkab Purworejo dan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil dalam penyelesaian publikasi ini.

Daftar Pustaka

- Andriyani, R., Triana, A. & Juliarti, W., 2015. Buku Ajar Biologi Reproduksi dan Perkembangan. Edisi 1. Yogyakarta: Deepublish.
- Claire E Orumound. 2010. Using nutrition education and cooking classes in primary schools to encourage healthy eating. *Journal of Student Wellbeing*, 4 (2): 43-54
- Ghassani, Livia Nur. 2016. Gambaran Pengetahuan Sikap Dan Praktik Ibu Dalam Menyediakan Konsumsi Sayur Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Semarang Tahun. *Gizi Kesehatan Masyarakat Vol 4, No 3 (2016): MEI*
- Khomsan A. (2018). Ekologi Masalah Gizi, pangan Dan Kemiskinan. Bandung: Alfabeta;
- Pravasta Ade Pratama, (2018). Efektivitas Media Promosi "Piring Makanku" Pedoman Gizi Seimbang Sebagai Panduan Sekali Makan (The Effectiveness of Media promotion "Piring Makanku" Balanced Nutrition Guidelines as a Guide Once Packed)
- Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI; 2013.
- Saputri, Apriliana Ega. (2017). Pendampingan Anak Dalam Keluarga Di Tk. Pertiwi Kebasen Kabupaten Banyumas. Skripsi UNY: Tidak dipublikasikan
- Shweta Upadhyay. 2011. Media Accessibility, Utilization and Preference for Food and Nutritional Information by Rural Women of India. *J Communication*, 2 (1): 33-40