

# HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, UANG JAJAN DAN PENDAPATAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT PADA SISWA KELAS 4 DAN 5 SDN 001 SUKAJADI PEKANBARU TAHUN 2011

Een Husanah

KORESPONDENSI STIKES HANGTUAH PEKANBARU

## ABSTRAK

Prevalensi *overweight* dan obesitas pada anak terus meningkat secara nyata diseluruh dunia. Di Indonesia menurut Riskesdas tahun 2007 prevalensi nasional *overweight* anak-anak usia 6-14 tahun pada laki-laki 9,5% dan pada perempuan 6,4%, angka ini hamper sama dengan estimasi WHO sebesar 10% pada anak usia 5-17 tahun. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, uang jajan dan pendapatan orang tuadengan kejadian *overweight*. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan *desain cross sectional*. Adapun Populasi penelitian ini adalah siswa kelas 4 dan 5 SDN 001 Sukajadi Pekanbaru yang berjumlah 240 siswa, dengan jumlah sampel 51 siswa. Data penelitian di analisis dengan menggunakan uji chi square dengan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat kemaknaan  $p$  value  $< 0,05$  atau 5%. Hasil penelitian mayoritas responden mempunyai pengetahuan baik tentang pengetahuan gizi dan uang jajan yang diterima  $>$  diatas rata-rata Rp 8000, dan rata-rata pendapatan keluarga  $>$  Rp 4.000.000. Hasil analisis menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan gizi anak dengan kejadian *overweight* ( $p=0,022$ ) juga pada uang jajan dan pendapatan orang tua dengan kejadian *overweight* ( $p=0,005$  dan  $p= 0,010$ ). Perlu melakukan kegiatan penimbangan berat badan dalam rangka pemantauan pertumbuhan serta siswa ikut aktif dalam pembuatan majalah dinding sehingga sesama siswa dapat sharing memperoleh informasi tentang *overweight*.

Kata Kunci : Pengetahuan Gizi, Uang Jajan , Pendapatan Orang Tua, *Overweight*

## ABSTRACT

*The prevalence of overweight and obesity in children continued to increased significantly throughout the world .In indonesia riskesdas according to 2007 national prevalence of overweight children aged 6-14 years in males 9.5 % and in women 6.4 % , this figure will almost same with estimated who amounting to 10 percent in children aged 5-17 years. The purpose of this research is to find relations their knowledge about nutrition , snack money and income tuadengan scene overweight people. The kind of research this is research quantitative with the design cross sectional .As for the population this study were students grade 4 and 5 sdn 001 sukajadi pekanbaru which consisted of 240 students , with the sample of the 51 students. Research conducted in analysis by using the chi square with 95 % confidence and the  $p$  value  $< 0,05$  atau 5%. The results of the study the majority of respondents have of knowledge of good about their knowledge about nutrition and snack money received above average 8000 , and the average family income 4.000.000. The analysis shows there was a correlation between their knowledge about nutrition children with the incident overweight (  $p = 0,022$  also in snack money and income parents with the genesis overweight (  $p = 0,005$  and  $p = 0.010$  ). Need to do activities weighing weight in monitoring purposes growth and students actively participate in making wall magazine so fellow students can sharing obtain information on overweight*

*Key Word: knowledge about nutrition ,pocket money , income parents , overweight.*

## PENDAHULUAN

Salah satu aspek upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia adalah usaha

perlindungan terhadap anak-anak, sebab anak-anak merupakan harapan bagi kelangsungan pembangunan bangsa dan Negara yang pada gilirannya akan bertindak sebagai generasi penerus pemimpin bangsa. Oleh sebab itu anak-anak patut mendapat perhatian serius agar dapat tumbuh dan berkembang dengan wajar, karena masa anak-anak merupakan masa rentan terhadap berbagai penyakit yang disebabkan karena kekurangan/kelebihan zat gizi, khususnya anak-anak sekolah usia 6-12 tahun sangat memerlukan perhatian terutama dalam pemenuhan kebutuhan gizi (Kathrina, 2004).

Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Kondisi status gizi baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang akan digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja untuk mencapai tingkat kesehatan optimal. Status gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah berlebihan, sedangkan status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi. Kedua kondisi tersebut dapat menyebabkan timbulnya berbagai penyakit, yaitu penyakit degeneratif pada gizi lebih dan penyakit infeksi pada gizi kurang (DepKes, 2006).

Menurut Sjarif (2002) mengatakan *obesitas* adalah kelainan atau penyakit yang ditandai penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan, sedangkan *overweight* ialah kelebihan berat badan dibandingkan berat ideal. Ini bisa terjadi karena penimbunan jaringan lemak atau non lemak.

Prevalensi *overweight* dan *obesitas* pada anak terus meningkat secara nyata diseluruh dunia. Seperti di Amerika Serikat, *overweight* dan *obesitas* dapat dikategorikan sebagai wabah. Lebih dari 25% anak-anak menderita *overweight* dan *obesitas*. Peningkatan prevalensi *overweight* dan *obesitas* pada anak di Amerika Serikat diketahui sejak 1970-an

(Soegih dkk, 2009). Penelitian Nickolas dalam *Nutritional Journal* tahun 2005 menyebutkan bahwa saat ini anak penderita *overweight* di Amerika Serikat mencapai 25%, sedangkan penderita *obesitas* sebesar 11% (Wahyu, 2009).

Sedangkan dinegara berkembang seperti ASEAN, terdapat *overweight* di Singapura 2,17% untuk anak usia 7-12 tahun. Di Bangkok–Thailand terdapat 3,4% *overweight* pada anak usia 6-12 tahun. Di Philipina terdapat kecendrungan *overweight* dari 2,7% pada tahun 1987 menjadi 3,4% pada tahun 1996 (Wahyu 2009).

Survei yang dilakukan lembaga survei Gizi dan Kesehatan Nasional pada periode 1976-1980 dan 2003-2006 menunjukkan bahwa prevalensi *obesitas* terus meningkat secara nyata pada kelompok usia anak yaitu: pada kelompok usia 2-5 tahun prevalensinya meningkat dari 5% menjadi 12,4%, pada kelompok usia 6-11 tahun prevalensinya meningkat dari 6,5% menjadi 17% dan pada kelompok usia 12-19 tahun prevalensinya meningkat dari 5% menjadi 17,6% (Wahyu, 2009).

Di Indonesia, menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, prevalensi Nasional *obesitas* umum pada penduduk berusia 15 tahun adalah 10,3% (laki-laki 13,9%, perempuan 23,8%), sedangkan prevalensi *overweight* anak-anak usia 6-14 tahun pada laki-laki 9,5% dan pada perempuan 6,4%. Angka ini hampir sama dengan estimasi WHO sebesar 10% pada anak usia 5-17 tahun (Depkes RI 2006).

Fenomena peningkatan prevalensi *overweight* dan *obesitas* pada anak di Indonesia sangat mencemaskan. Fenomena yang banyak dijumpai pada anak terutama di kota-kota besar pada masyarakat kelas menengah dan atas ini terjadi akibat rendahnya kesadaran masyarakat dalam mendidik anak untuk hidup lebih sehat dengan cara mencukupi kebutuhan asupan serat hariannya, banyak beraktifitas dan cukup berolahraga, serta menghindari

mengonsumsi makan-makanan yang tinggi kadar kalorinya, seperti pada makan-makanan cepat saji dan sebagainya (Wahyu, 2009).

Menurut Hidayati, dkk (2006), Peningkatan pendapatan dapat mempengaruhi pilihan jenis makanan yang dikonsumsi. Menurut hasil penelitian yang dilakukan Wahyu (2009), pada anak sekolah dasar di sepuluh kota besar di Indonesia periode 2002 – 2005 dengan metode acak, hasil prevalensinya mulai dari yang terbesar yaitu Jakarta 25%, Semarang 24,3%, Medan 17,75%, Denpasar 11,7%, Surabaya 11,4%, Padang 7,1%, Manado 5,3%, Yogyakarta 4%, dan Solo 2,1%. Rata-rata prevalensinya mencapai 12,2%.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiramihardja(1991) di kota Bandung pada anak kelas 6 Sekolah Dasar yang berasal dari kalangan ekonomi baik, hasilnya menunjukkan bahwa 28% anak wanita dan 23% anak pria menderita *overweight*. Angka tertinggi *overweight* terdapat pada anak-anak dengan ibu yang berpendidikan tinggi dan berkarir, sementara pada anak yang ibunya tidak berkarir diluar rumah, angka *overweight* lebih rendah.

Dari hasil penelitian status gizi 119 anak SD dan TK favorit dikota Bandung berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) 21 (17,64%) anak mempunyai status gizi kurang, 57 (47,89%) anak mempunyai status gizi normal, dan 35 (29,41%) anak serta 6 (5,04%) anak mempunyai status *overweight* dan *obesitas* (34%) (Soekirman dkk, 2006).

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan *desain cross sectional*. Adapun Populasi penelitian ini adalah siswa kelas 4 dan 5 SDN 001 Sukajadi Pekanbaru yang berjumlah 240 siswa, dengan jumlah sampel 51 siswa. Data penelitian di analisis dengan menggunakan uji chi square dengan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat kemaknaan p

value < 0,05 atau 5%, yang disajikan dalam table berikut:

### Hubungan Pengetahuan Gizi Siswa Dengan Kejadian *Overweight* Di SDN 001 Sukajadi Pekanbaru Tahun 2011

Pengetahuan gizi anak	Kejadian <i>Overweight</i>				Total		P Value
	Normal		Overweight		N	%	
	N	%	N	%			
Baik	23	88,5	3	11,	26	100	0,022
Tidak Baik	14	56	11	5	25	100	
Total	37	72,5	14	27,5	51	100	

### Hubungan Uang Jajan Dengan Kejadian *Overweight* Di SDN 001 Sukajadi Pekanbaru Tahun 2011

Uang Jajan Anak	Kejadian <i>Overweight</i>				Total		P Value
	Normal		Overweight		N	%	
	N	%	N	%			
Cukup	26	89,7	3	10	29	100	0,005
Kurang	11	50	11	,3	22	100	
Total	37	72,5	14	27,5	51	100	

### Hubungan Pendapatan Orang Tua Dengan Kejadian *Overweight* Di SDN 001 Sukajadi Pekanbaru Tahun 2011

Pendapatan Orang Tua	Kejadian <i>Overweight</i>				Total		P Value
	Normal		Overweight		N	%	
	N	%	N	%			
Cukup	27	87,1	4	12	31	100	0,010
Kurang	10	50	10	,9	20	100	
Total	37	27,5	37	72,5	51	100	

Tahun 2011

## PEMBAHASAN

### 1. Hubungan Pengetahuan Gizi Anak dengan Kejadian *Overweight*

Hasil analisis uji statistik, pada tabel diatas didapatkan nilai  $p \text{ value} = 0,022$  atau  $p < 0,05$ , artinya ada hubungan antara pengetahuan gizi anak dengan kejadian *overweight*.

Penelitian ini selaras dengan penelitian Damayanti (2008) pada Siswa Kelas 8 SLTP N 7 Bogor menyatakan ada hubungan antara Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Siswa. Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan, dimana pengetahuan gizi anak sekolah merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi sikap anak sekolah dalam memilih makanan jajanan. Pengetahuan ini sangat bermanfaat dalam sikap dan perilaku anak (Solihin, 2005).

Dari hasil penelitian diperoleh mayoritas responden mempunyai pengetahuan yang baik tentang gizi hal ini dibuktikan dengan kemampuan responden dalam mengisi kuesioner tentang pengetahuan gizi. Meskipun pengetahuan siswa sudah baik namun pada hasil penelitian didapatkan ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian *overweight*. Hal ini disebabkan karena makanan yang dikonsumsi oleh anak disiapkan oleh orang tua dan sebelum anak berangkat sekolah, anak juga dibekali makanan dan uang jajan sehingga kalori yang masuk kedalam tubuh melebihi dari kalori yang dibutuhkan oleh tubuh.

### 2. Hubungan Uang Jajan Dengan Kejadian *Overweight*.

Berdasarkan tabel sebagian besar responden yang mempunyai uang jajan kurang 50% lebih banyak mengalami *overweight* dibandingkan dengan responden yang mempunyai uang jajan cukup. Hasil analisis uji statistik, pada tabel 4.8 diatas didapatkan nilai  $p \text{ value} = 0,005$  atau  $p < 0,05$ , artinya terdapat hubungan antara uang jajan dengan

kejadian *overweight*. Hasil penelitian ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan Padmiari (2002) yang memperoleh simpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara uang jajan dengan kejadian *overweight* pada siswa SD di Yogyakarta. Menurut Moore dalam Handari dan Humaeroh (2005), mengatakan semakin anak bertambah besar dan mempunyai uang lebih banyak untuk dibelanjakan, mereka akan mengkonsumsi lebih banyak *snack* dan makanan diluar rumah. Sesuai dengan perkembangan zaman, Faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi kejadian *overweight* antara lain adalah daya beli yang cukup atau berlebih, ketersediaan makanan berenergi tinggi dan rendah serat. Dari hasil penelitian lapangan diperoleh responden yang mempunyai uang jajan yang kurang cenderung memilih makanan yang padat kalori dibandingkan dengan responden yang mempunyai uang jajan yang cukup

### 3. Hubungan Pendapatan Orang Tua Dengan Kejadian *Overweight*

Berdasarkan tabel sebagian besar orang tua responden yang mempunyai pendapatan kurang 50% lebih banyak mengalami *overweight* dibandingkan dengan orang tua responden yang berpendapatan cukup 12,9%. Hasil analisis uji statistik, pada tabel 4.9 diatas didapatkan nilai  $p \text{ value} = 0,010$  atau  $p < 0,05$ , artinya terdapat hubungan antara pendapatan orang tua dengan kejadian *overweight*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiramihardja (1991) di kota Bandung pada anak kelas 6 Sekolah Dasar yang berasal dari kalangan ekonomi baik. Angka tertinggi *overweight* terdapat pada anak-anak dengan ibu yang berpendidikan tinggi dan berkarir, sementara pada anak yang ibunya tidak berkarir diluar rumah, angka *overweight* lebih rendah. Tingkat pendapatan dapat menentukan pola makan. Orang dalam keadaan ekonomi rendah biasanya akan

membelanjakan sebagian besar pendapatan untuk makanan, sedangkan orang dengan tingkat ekonomi tinggi akan berkurang belanja untuk makanan. Pendapatan merupakan faktor yang paling menentukan kualitas dan kuantitas hidangan, dengan kata lain semakin tinggi penghasilan semakin besar pula persentase dari penghasilan tersebut untuk membeli buah, sayuran dan beberapa jenis bahan lainnya (Sjarif, 2002). Orang tua yang memiliki pendapatan yang cukup mempunyai peluang yang besar untuk bisa membeli dan memilih makanan yang diinginkan sehingga energi yang masuk kedalam tubuh melebihi kebutuhan tubuh yang dapat menyebabkan anak *overweight*.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan pengetahuan gizi anak, uang jajan dan pendapatan orang tua dengan kejadian *overweight* di SDN 001 Sukajadi Pekanbaru tahun 2011 dapat disimpulkan: Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi anak, uang jajan dan pendapatan orang tua dengan kejadian *overweight* di SDN 001 Sukajadi Pekanbaru tahun 2011.

## SARAN

Pihak sekolah melakukan kegiatan penimbangan berat badan bulanan pada siswa dalam rangka pemantauan dan pertumbuhan. Dan Siswa disarankan untuk ikut aktif dalam pembuatan majalah dinding masing masing tentang kesehatan sehingga sesama siswa dapat sharing memperoleh informasi tentang *overweight*.

## DAFTAR PUSTAKA

Almatsir, S.(2004).*Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.  
Barasi, E.M. (2007). *Ilmu Gizi*. Jakarta: Erlangga

Depkes RI . (2006). *Pedoman Praktis Terapi Gizi Medis*. Departemen Kesehatan RI.

Gnegus.(2009). *Perluakah Anak Diberi Uang Saku*, (Online),(<http://shvoong.com>, diakses 05 Mei 2011).

Handari dan Humaeroh (2005). *Perbedaan Status Gizi Siswa SD di Sekolah Berdasarkan Status Sosial Ekonomi di Jakarta Selatan Tahun 2004*. Tesis tidak diterbitkan. Program Kesehatan Masyarakat.

Hidayati, dkk. (2006). *Obesitas Pada Anak*.(<http://www.pediatrik.com> /diakses tanggal 25 mei2011)

Padmiari, A,I (2002) *Prevalensi obesitas dan Konsumsi fast food sbg faktor resiko terjadinya obesitas pada anak SD di kota Denpasar prov bali* tesis UGM pasca sarjana.

Irianto, P, D.( 2007).*Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*.Yogyakarta: Andi Offset.

Judarwanto.W(2003).*Perilaku Makan Anak Sekolah* ,(<http://www.Gizi.Net/makalah> diakses 10 Mei 2011)

Janita (2004). *Hubungan Pendapatan, Pekerjaan dan Sikap Orang Tua terhadap Obesitas Anak SD 029 Binjai Tahun 2008* ([Library@USU.ac.id](http://Library@USU.ac.id)), Sumatera Utara, diakses 3Mei 2011)

Katrina, N (2009). *Pengaruh Karakteristik Remaja, Genetik, Pendapatan Keluarga, Pendidikan Ibu Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas di SMU RK Tri Sakti Medan 2008*.

- ([Library@USU.ac.id](mailto:Library@USU.ac.id)), Sumatera Utara, diakses 5 Mei 2011)
- Mardayanti, P (2008). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan Overweight pada siswa kelas 8 SLTPN 7 Bogor*.FKM UI
- Mustofa, A.(2010). *Solusi Ampuh Mengatasi obesitas*. Yogyakarta: Hanggar Kreator Yogyakarta.
- Mutadin, Z.(2002).*Obesitas Dan Faktor Penyebab*, (Online), (<http://www-e-Psikologi.com/> di akses 05 Mei 2011)
- Moehji,S. (2003). *Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Bathara Karya Aksara
- Mahfoedz,I (2007),*Metodologi Penelitian Bidang kesehatan,Keperawatan dan Kebidanan*.Yogyakarta:Fitra Maya
- Notoatmodjo, S.(2003). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rhineka Cipta.
- Riduwan (2006). *Belajar mudah penelitian untuk guru, karyawan dan penelitian pemula*. Bandung : Alfabeta.
- Rumida (2009). *Pengaruh Perilaku Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Pelajar Di SMU Methodist Medan Tahun 2009*, ([Library@USU.ac.id](mailto:Library@USU.ac.id)), Sumatera Utara, diakses 3 Mei 2011).
- Rina, L (2009). *Hubungan Tingkat Pendapatan Orang Tua dan Pekerjaan Ibu Terhadap Kejadian Obesitas di Magelang*. Skripsi S1. Universitas Negeri Semarang.
- Soekirman, dkk. (2006). *Gizi Dalam Siklus Kehidupan Manusia*. Jakarta: Primedia Pustaka.
- Solihin,P.(2005). *Ilmu Gizi Pada Anak*.Fakultas kedokteran UI. Jakarta
- Sjarif, D,M. (2002). *Obesity in Childhood*. Fakultas Kedokteran UI. Jakarta.
- Soegih, R. & Wiramihardja, K.(2009). *Obesitas Permasalahan dan terapi Praktis*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sastroasmoro, S.( 1995). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bina Rupa Aksara
- Supariasa, I,dkk (2001). *Penilaian Status Gizi*.EGC.Jakarta.
- Suhendro (2003) *Obesitas dan Pola Hidup*. Yogyakarta : Fitra Maya
- Undang- undang Republik Indonesia Nomor 4 tahun 1979 Tentang Kesejahteraan Anak Jakarta.
- Wikipedia. (2010), (Online),(<http://id.Wikipedia.org>, diakses 05 Mei 2011)
- Wiramihardja, K.(2004). *Obesitas dan Penaggulangnya*. Bandung: Granada.
- Wahyu,G,G.( 2009). *Obesitas Pada Anak*. Yogyakarta: B Firs

