

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini dunia sedang berjuang menghadapi pandemi Covid-19, *Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)* adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2)*. SARS-CoV-2 merupakan corona virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Pada tanggal 30 Januari 2020 WHO menetapkan Covid-19 sebagai kedaruratan kesehatan masyarakat yang meresahkan dunia/*Public Health Emergency of International Concern (KKMMD/PHEIC)*. Wabah virus Covid-19 sangat mempengaruhi seluruh sendi kehidupan manusia, baik dari segi sosial ekonomi, termasuk dunia pendidikan dan menimbulkan masalah yang sangat serius pada semua tingkatan usia yang berkaitan dengan masalah kesehatan (WHO, 2020).

Menjaga kesehatan anak di tengah pandemi bukan hal yang bisa disepelekan. Perlu perhatian ekstra agar terhindar dari penularan Covid-19 atau risiko penyakit lainnya. Selama masa pandemi Covid-19, anak sekolah disarankan untuk tetap beraktivitas didalam rumah demi meminimalisir penyebaran virus dan menjaga kesehatan (Kemenkes RI, 2020). Berbagai aktivitas yang awalnya dilakukan diluar sekarang harus dilakukan didalam rumah, termasuk kegiatan belajar anak. Proses belajar jarak jauh selama pandemi Covid-19 membuat anak-anak lebih banyak melakukan interaksi dengan televisi, layar komputer, ponsel, tablet (gawai), hal ini membuat aktivitas fisik anak-anak berkurang, penggunaan gawai dalam jangka panjang ini, tidak hanya pada tumbuh kembang, cara berpikir dan psikologisnya pun bisa terdampak.

Permasalahan lain yang muncul akibat wabah pandemi yaitu pada status gizi yang diakibatkan dari perubahan kebiasaan anak-anak sebelumnya terutama pada kebiasaan aktivitas fisik. Aktivitas fisik dan perilaku *sendentary*

berdampak drastis karena penutupan sekolah dan pembatasan sosial selama pandemi Covid-19, dimana dampak pandemi Covid-19 saat ini, menambah peluang anak-anak untuk tidak melakukan aktivitas fisik karena waktu yang digunakan anak-anak di depan gawai untuk menyelesaikan tugas sekolah secara *daring*, akses internet, dan aktivitas ringan lainnya. Aktivitas fisik rendah dikalangan anak sekolah dapat meningkatkan risiko berat badan berlebih atau obesitas (Supariasa, 2016).

Obesitas telah menjadi masalah kesehatan yang epidemi diseluruh dunia. *World Health Organization* (WHO) (2019) mengatakan bahwa lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun kebawah mengalami berat badan berlebih dan 600 juta orang diantaranya mengalami obesitas. Pada tahun 2014 diperkirakan 41 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami obesitas. Adapun menurut Ogden et al, (2015) pada tahun 2011 sampai dengan 2014 anak-anak yang berusia 6 sampai 11 tahun di Amerika Serikat lebih banyak yang mengalami obesitas yaitu 17,5 % dibandingkan dengan anak yang berusia 2 sampai 5 tahun yaitu sekitar 8,9 %.

Kejadian obesitas tidak hanya menjadi masalah bagi negara yang berpenghasilan tinggi, namun juga obesitas kini meningkat di negara berpenghasilan rendah dan menengah contohnya di negara Afrika jumlah anak-anak yang mengalami obesitas meningkat dua kali lipat dari 5,4 juta pada tahun 1990 menjadi 10,6 juta pada tahun 2017 (WHO, 2018). Di Indonesia obesitas juga memiliki angka kejadian yang cukup tinggi. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) pada tahun 2018, jumlah anak yang berusia 5-12 tahun mengalami masalah berat badan berlebih sebesar 18,8 % yang terdiri dari kategori gemuk 10,8 % dan obesitas sebesar 8,8 %. Pada usia 5-12 tahun juga terdapat masalah kekurusan sebesar 11,2 % terdiri dari 7,2% kurus dan 4,0 % sangat kurus. Berdasarkan data Riskesdas Kalimantan Selatan (2018) jumlah anak umur 5-12 tahun yang mengalami

kegemukan berjumlah 10,91 % dan yang mengalami obesitas berjumlah 12,69 %.

Selama pandemi Covid-19 di Shanghai, China, anak usia 4-12 tahun di lima sekolah menunjukkan bahwa prevalensi anak yang tidak aktif secara fisik sebanyak 21,3 % hingga 65,6 %. Penurunan aktivitas fisik selama pandemi Covid-19 yang akan berdampak buruk pada kondisi kesehatan (Nirwana, 2020). Hasil penelitian di Amerika Latin pada anak usia 6-12 tahun selama *lockdown* menunjukkan 2,98 kali menjadi tidak aktif (*Odds Ratio* (OR)= 2,98). Perilaku gaya hidup, seperti aktivitas fisik dan perilaku *sedentary* berdampak drastis karena penutupan sekolah dan pembatasan sosial selama pandemi Covid-19 (Roso, et al 2020). Aktivitas fisik membutuhkan energi dan kemudian terjadi proses pembentukan dan penguraian zat gizi didalam tubuh, sehingga diperlukan keseimbangan antara aktivitas fisik dan asupan energi (Kemenkes RI, 2018). Asupan gizi yang berkualitas dan diiringi dengan aktivitas fisik akan menjaga berat badan tubuh dan tubuh menjadi sehat.

Setiap aktivitas fisik memerlukan energi untuk bergerak. Pengeluaran energi untuk aktivitas fisik harian ditentukan oleh jenis, intensitas dan lama aktivitas fisik. Teori menyebutkan bahwa aktivitas yang kurang aktif menyebabkan penggunaan kalori menurun sehingga jumlah kalori yang digunakan lebih kecil dari pada jumlah kalori yang masuk dalam tubuh yang dapat menimbulkan kelebihan kalori. Semakin lama kelebihan kalori ini akan terakumulasi dalam tubuh dan dapat menyebabkan peningkatan berat badan dan dikatakan berisiko obesitas dilihat lagi berdasarkan orang yang berisiko obesitas yang kebiasaan lebih malas bergerak dibandingkan orang yang non obesitas sehingga berat badan seorang yang berisiko obesitas semakin meningkat (Khomsan, 2016).

Aktivitas fisik sangat penting untuk pertumbuhan perkembangan secara keseluruhan pada anak. Mengoptimalkan penguasaan keterampilan dan sikap yang dapat menyebabkan perilaku yang lebih sehat dalam hidup, dan juga memfasilitasi perkembangan kognitif dan sosial, perkembangan fisiologis yang unik dan pengembangan neurologis terhadap anak sekolah. Penelitian tentang kejadian aktivitas fisik kalangan anak-anak menunjukkan asumsi bahwa, sebagai anak-anak, mereka menciptakan gerak mereka sendiri.

Masalah obesitas pada anak adalah masalah yang kompleks. Banyak faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak (Jahari, 2016). Perubahan gaya hidup, gizi, pola makan, maupun pola asuh orang tua menjadi beberapa hal penyebab kasus obesitas semakin banyak. Memang obesitas lebih mengarah kepada masalah fisik pada anak sekolah, (kelihatannya) bukan pada masalah belajar anak, sehingga guru atau pihak sekolah terkadang kurang memberikan perhatian serius dibandingkan dengan masalah-masalah kesulitan belajar lain. Jika hal ini dibiarkan masalah obesitas ini seperti musuh dalam selimut, tidak terlihat dan tidak disadari tetapi suatu saat akan menjadi musuh yang akan merusak masa depan anak.

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi menurut Hasdianah (2014) berupa kelebihan berat badan dan obesitas berkaitan dengan berbagai faktor, baik faktor yang tidak dapat diubah maupun faktor yang dapat diubah. Anak sekolah termasuk golongan yang rentan terhadap obesitas. Penyebab terjadinya obesitas adalah genetik, jenis kelamin, umur, konsumsi makanan, dan perubahan gaya hidup. Perubahan gaya hidup dalam hal ini adalah pola aktivitas fisik yang cenderung menurun dikalangan anak sekolah, hasil penelitian Rukmana (2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja ($p=0,008$).

Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah aktivitas fisik dimana asupan energi yang berlebihan dan tidak diimbangi pengeluaran energi yang seimbang (kurang melakukan aktivitas fisik) akan menyebabkan terjadinya penambahan berat badan badan.

Sebagaimana sudah diketahui bahwa anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik yang unik. Perkembangan fisik atau jasmani, bahasa, intelektual dan emosional berkembang secara holistik dan saling berkaitan, jika salah satu perkembangan bermasalah dan tidak segera diatasi, maka akan berdampak pada terjadinya masalah pada perkembangan yang lain, begitu juga pada obesitas yang merupakan masalah fisik, jika masalah perkembangan fisik ini tidak segera diselesaikan bisa berdampak pada penurunan/perlambatan perkembangan sosial emosional, bahasa maupun kognitifnya (Burhein, 2020).

Permasalahan yang dihadapi anak obesitas jika tidak segera diatasi akan menjadi masalah yang semakin berat dari hari ke hari dan mengancam masa depannya (IOTF, 2019). Dampak psikologi bagi anak adalah bullying, kecemasan, sering mengantuk, keterampilan sosial yang kurang berkembang, rentan menjadi sasaran bullying, dan bisa berakibat depresi merupakan beberapa keadaan yang menjadi masalah pada anak obesitas untuk belajar dan berkembang. Dampak lain dari obesitas menurut Misnadierly (2010, dalam Adi 2017) yaitu gangguan jantung koroner, dimana 88 % penderita kegemukan, dampak lain yaitu Diabetes Mellitus, dimana lebih dari 90 % penderita diabetes mellitus tipe serangan dewasa adalah penderita kegemukan, serta kanker yaitu pengurangan lemak dalam makanan sebanyak 20-25 % perkilo kalori merupakan pencegahan terhadap risiko penyakit kanker payudara.

Hasil penelitian Siegel (2019) dari *Center for Better Health and Nutrition*, sebuah klinik obesitas anak Rumah Sakit Anak di Cincinnati menemukan bahwa obesitas mempengaruhi hampir semua sistem organ dalam tubuh,

termasuk otak, dan mungkin memiliki efek pada perkembangan pikiran. Sampai saat ini, sebagian besar sekolah lebih memilih untuk meningkatkan kinerja akademik di kelas, tanpa melihat gambaran besar. Pendidikan dan aktivitas fisik memainkan peran yang sangat penting dan akhirnya akan mengarah pada prestasi yang lebih baik dalam akademis.

Walaupun secara kognitif masih perlu diteliti, hubungan antara obesitas dan perkembangan kognitif maupun prestasi belajar anak, tetapi perilaku bermasalah anak-anak obesitas dan perlakuan yang tidak wajar dari teman sebayanya sudah bisa teramati. Rendah diri, kecemasan, sering mengantuk, keterampilan sosial yang kurang berkembang, rentan menjadi sasaran *bullying*, dan bisa berakibat depresi merupakan beberapa keadaan yang menjadi masalah pada anak obesitas untuk belajar dan berkembang.

Berdasarkan data Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin tahun 2021 jumlah seluruh SDN dikota Banjarmasin sebanyak 208 buah, Sekolah Dasar Negeri (SDN) Karang Mekar 9 merupakan salah satu Sekolah Dasar yang berada di kota Banjarmasin, sekolah ini juga melakukan pembelajaran via daring sejak hampir 2 tahun yang lalu. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 18-19 Juni 2021 melalui kepala sekolah SDN Karang Mekar 9 pertelepon, didapatkan jumlah siswa secara keseluruhan dari kelas 1 sampai kelas 6 sebanyak 174 orang. Berdasar catatan guru kelas bahwa sebelum pembelajaran via *daring*, siswa khusus kelas VI yang sebelumnya masih duduk di kelas V berjumlah 37 orang dan ditemukan mengalami berat badan berlebih berjumlah 5 orang (13,5 %). Hasil laporan orang tua dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan secara mandiri pada saat pengumpulan data menjelang kenaikan kelas, didapatkan jumlah anak yang mengalami kelebihan berat badan menjadi 7 orang (18,9 %). Hasil wawancara juga pertelepon secara acak terhadap 4 orang tua siswa kelas VI, didapatkan 2 orang siswa tampak terlihat lebih gemuk dan besar dari sebelum bersekolah dari rumah, hal tersebut menurut orang tua siswa setelah anaknya bersekolah

dari rumah selama kurang lebih satu tahun dan akibat kurangnya bermain di luar dan hanya bermain HP.

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang akan diteliti adalah:

- 1.2.1 Bagaimanakah hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin?.

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi aktivitas fisik anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin.
- 1.3.2.2 Mengidentifikasi status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin.
- 1.3.2.3 Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wacana hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin.

1.4.2 Manfaat secara Praktis

1.4.2.1 Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi sekolah untuk lebih memperhatikan aktivitas fisik dan status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin.

1.4.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi perpustakaan dalam penyediaan buku / sumber bacaan yang berkaitan dengan aktivitas dan status gizi.

1.4.2.3 Bagi Dinas Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan dalam pemantauan tingkat aktivitas dan status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19.

1.4.2.4 Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan atau masukan penelitian selanjutnya tentang hubungan aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah selama masa pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 9 Kota Banjarmasin.

1.5 Penelitian Terkait

Berdasarkan hasil penelusuran peneliti, maka penelitian yang terkait dengan penelitian ini adalah:

1.5.1 Jeckzen Norisan Tureg (2019)

Judul Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Obesitas di Puskesmas Tegalrejo, Kota Salatiga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas di Puskesmas Tegalrejo Kota Salatiga Jawa Tengah. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif kuantitatif. Responden adalah pasien aktif di Posyandu Puskesmas Tegalrejo. Jumlah responden sebanyak 59 orang. Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Berdasarkan uji korelasi Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap nilai aktivitas fisik dengan analisis uji *Pearson* diperoleh *p-value* $0,000 < 0,05$ dan nilai koefisien korelasi *r pearson* $-0,505$ yang ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan aktivitas fisik pada pasien aktif di Posyandu Puskesmas Tegalrejo, Kota Salatiga. Sedangkan nilai koefisien korelasi *r pearson* berkorelasi sedang, dan ditunjukkan dengan tanda negatif (-) yang berarti hubungan yang terjadi bersifat berlawanan arah. Sehingga semakin rendah aktivitas fisik maka semakin tinggi nilai IMT atau sebaliknya.

Persamaan penelitian ini terletak pada variabel independennya yaitu aktivitas fisik, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan korelasi. Perbedaan pada variabel dependen yaitu obesitas, perbedaan lainnya pada sampel, penelitian ini menggunakan sampel masyarakat umum, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan sampel anak SD dan perbedaan lainnya yaitu tempat, jumlah sampel serta tahun penelitian.

1.5.2 Deni Aditya Christianto (2018)

Judul penelitian Hubungan Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Obesitas Berdasarkan Indeks Massa Tubuh di Desa Banjaroyo Kecamatan Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo, Yogyakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi perbedaan antara aktivitas fisik ringan, sedang dan berat terhadap kejadian obesitas berdasarkan indeks massa tubuh. Penelitian ini merupakan penelitian *observasional analitik* dengan jenis penelitian potong lintang (*cross sectional*). Pengambilan sampel dilakukan secara *non-random sampling* dengan teknik *purposive sampling* dan didapat responden sebanyak 236 orang. Pengambilan data aktivitas fisik dilakukan menggunakan kuisisioner IPAQ dan perhitungan indeks massa tubuh dengan mengukur berat badan dan tinggi badan. Analisis data penelitian ini menggunakan SPSS 22 dengan taraf kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat pengaruh yang bermakna ($p = 0,18$) antara aktivitas fisik berat dan sedang terhadap kejadian obesitas berdasarkan indeks massa tubuh pada warga dewasa di Desa Banjaroyo, Kecamatan Kalibawang, Kabupaten Kulonprogo, Yogyakarta.

Persamaan penelitian ini terletak pada variabel independennya yaitu aktivitas fisik, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Perbedaan pada variabel dependen yaitu kejadian obesitas berdasarkan indeks massa tubuh, perbedaan lainnya pada sampel, penelitian ini menggunakan sampel masyarakat dewasa sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan sampel anak SD dan perbedaan lainnya yaitu tempat, jumlah sampel serta tahun penelitian.

1.5.3 Erni Rukmana (2020)

Judul penelitian Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan status Gizi pada Remaja Selama Pandemi Covid-19 di Kota Medan. Tujuan penelitian menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja selama pandemi Covid-19 di Kota Medan. Metode dan Sampel menggunakan survei analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian dilakukan dengan pengumpulan data secara daring di Kota Medan. Pengambilan sampel secara random sampling dengan jumlah 99 sampel. Hasil penelitian yaitu remaja yang tidak melakukan aktivitas fisik selama Pandemi Covid-19 sebanyak 59,6 %. Penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja ($p=0,008$).

Persamaan penelitian ini terletak pada variabel independennya yaitu aktivitas fisik, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Perbedaannya terletak pada variabel dependen yaitu status gizi pada remaja selama pandemi Covid-19, perbedaan lainnya pada sampel, penelitian ini menggunakan sampel remaja sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan sampel anak SD dan perbedaan yang lainnya yaitu tempat, jumlah sampel serta tahun penelitian.