

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah adalah kelompok anak berusia 6-12 tahun yang sebagian besar waktunya dihabiskan untuk berinteraksi di lingkungan sekolah, baik dengan teman sebaya maupun melalui media massa. Secara umum, anak-anak memiliki karakteristik yang mudah terpengaruh oleh hal-hal baru yang belum mereka kenal, termasuk dalam pemilihan makanan. Ketidaktahuan ini dapat membuat mereka memilih untuk mengonsumsi makanan yang kurang sehat, seperti *junk food*. Jika makanan tersebut dikonsumsi secara terus-menerus, hal ini berpotensi menimbulkan masalah gizi pada anak, seperti kelebihan berat badan (*overweight*) (Christoper et al. 2022).

Kelebihan berat badan (*overweight*) merupakan salah satu masalah gizi yang kini banyak terjadi pada anak-anak sekolah dasar. Masalah ini tidak hanya terbatas pada negara-negara maju, tetapi juga menjadi perhatian di negara-negara berkembang. Diperkirakan sekitar 10% anak usia sekolah di seluruh dunia mengalami kelebihan berat badan, yang meningkatkan risiko mereka terhadap penyakit kronis. *Overweight* bahkan tercatat sebagai penyebab kematian kelima di dunia, sehingga memerlukan perhatian yang serius (Nilawati et al. 2020). Menurut Anderson (2018), anak dapat digolongkan mengalami *overweight* apabila Indeks Massa Tubuh (IMT) berada di persentil ke-85 hingga kurang dari persentil ke-95.

Menurut laporan WHO (2018), lebih dari 390 juta anak dan remaja berusia 5-19 tahun di dunia mengalami kelebihan berat badan, dengan 160 juta di antaranya tergolong obesitas. Di Indonesia, status gizi anak usia 5-12 tahun berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) menunjukkan prevalensi anak dengan *overweight* sebesar 10,8% (Kemenkes RI 2018). Sementara itu, di Provinsi Sumatera Utara, prevalensi *overweight* pada anak mencapai 10,58%. Secara khusus, di Kota Pematang Siantar, prevalensi *overweight* pada anak usia 5-12 tahun

berdasarkan IMT/U tercatat sebesar 8,39% (Riskesdas Sumut 2018).

Overweight dapat disebabkan oleh pola konsumsi makanan yang tidak sehat, salah satunya adalah kebiasaan mengonsumsi makanan yang termasuk dalam kategori *junk food*. Secara harfiah, *junk food* adalah makanan yang tinggi kandungan natrium, lemak, gula, dan kalori, tetapi rendah kandungan nutrisi, vitamin, serta mineral. Jenis makanan ini berkontribusi pada peningkatan risiko kelebihan berat badan (*overweight*) (Mustofa dan Nugroho 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Syafitri dan Robert Gandasentasa (2021) di SDN Mattoangin II, Kecamatan Mariso, menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi *junk food* dan kejadian berat badan berlebih. Dari 30 responden, sebanyak 21 anak mengalami kelebihan berat badan dan diketahui sering mengonsumsi *junk food*. Sementara itu, penelitian oleh Indrapermana dan Pratiwi (2019) di SD Santo Yoseph 2 Denpasar juga mengungkapkan bahwa kebiasaan mengonsumsi *junk food* merupakan faktor risiko *overweight* pada anak usia sekolah dasar. Dari 130 anak yang diteliti, 40 anak (33,8%) mengalami *overweight*, sedangkan 86 anak (66,9%) tidak. Kelompok anak yang sering mengonsumsi *junk food* tercatat lebih banyak (66,9%) dibandingkan dengan anak yang jarang mengonsumsinya (33,1%).

Hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan pada 25 November 2023 di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematang Siantar, peneliti mengamati bahwa banyak pedagang di sekitar sekolah yang menjual makanan yang tergolong dalam *junk food*, antara lain makanan dan minuman ringan dalam kemasan, bakso goreng, sosis goreng, nugget, gorengan (pisang, tahu, dan tempe), mie goreng, *pop ice*, *ice cream*, dan siomay. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait hubungan konsumsi *junk food* dengan kejadian *overweight* pada anak sekolah dasar di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematang Siantar.

B. Rumusan Masalah

Apakah hubungan konsumsi *junk food* dengan kejadian *overweight* pada anak sekolah dasar di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematang Siantar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan konsumsi *junk food* dengan kejadian *overweight* pada anak sekolah dasar di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematang Siantar.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai konsumsi *junk food* pada anak sekolah dasar di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematang Siantar
- b. Menilai kejadian *overweight* pada anak sekolah dasar di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematang Siantar
- c. Menganalisis hubungan konsumsi *junk food* dengan kejadian *overweight* pada anak sekolah dasar di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematang Siantar

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan, pengetahuan, dan melatih peneliti untuk mengembangkan kemampuan berfikir secara objektif dalam penelitian.

2. Bagi Responden

Menambah wawasan dan pengetahuan terkait hubungan konsumsi *junk food* dengan kejadian *overweight* pada anak usia sekolah dasar.

3. Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi kesehatan yang bermanfaat bagi masyarakat, khususnya bagi orang tua dalam mencegah dan mengendalikan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *overweight* pada anak, terkhusus faktor konsumsi *junk food*.