

BAB 1

PENDAHULUAN

Kegemukan pada anak telah menjadi masalah kesehatan global di seluruh dunia, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Adapun prevalensi kegemukan pada anak terus meningkat dari tahun ke tahun, sehingga kegemukan pada anak menjadi salah satu tantangan paling serius di bidang kesehatan masyarakat. Kegemukan pada anak merupakan kondisi adanya berat badan melebihi berat badan normal dan kelebihan lemak tubuh. Sehingga berat badan jauh diatas normal. Kegemukan adalah keadaan tubuh seseorang yang mengalami berat badan berlebih karena kelebihan jumlah asupan energi yang disimpan dalam bentuk cadangan berupa lemak, (Laila, 2018).

Masalah kegemukan pada anak belum mendapat perhatian yang cukup, karena pemerintah masih menangani masalah gizi kurang. Meskipun masalah kegemukan di Indonesia belum menjadi masalah gizi utama, namun masalah kegemukan pada anak perlu mendapat perhatian karena ada kecenderungan angkanya terus meningkat dari tahun ke tahun, (Agustina, T. Maas, & Zulfendri, 2019).

Di Indonesia, risiko kegemukan meningkat seiring dengan perubahan pola gaya hidup yang menjurus ke arah barat dan santai, sehingga berakhir terhadap perubahan pola makan menjadi tinggi kalori, tinggi lemak dan kolesterol juga tinggi gula sederhana. Menurut WHO tahun 2016 jumlah anak yang kelebihan berat badan atau gizi lebih dibawah usia 5 tahun diperkirakan lebih dari 42 juta, 35 juta diantaranya hidup di negara berkembang. Prevalensi kegemukan pada balita secara global mencapai 6,2% atau 42 juta anak balita. Kegemukan menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang serius di dunia, khususnya pada anak usia prasekolah dengan prevalensi 6,7%. Secara lebih spesifik, prevalensi kegemukan semakin tinggi pada usia 24-60 bulan, yaitu sebesar 40%. Menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2017 kegemukan di

Indonesia cenderung terjadi pada anak usia balita dengan prevalensi angka 9,2% dan pada anak usia sekolah (6-12 tahun) mencapai 10,7% pada anak laki-laki dan 77,7% pada anak perempuan, (Saputri, Eka, 2018).

Menurut World Human Organization (WHO) standart acuan untuk menilai status gizi anak adalah menggunakan standart NCHS (National Center for Health Statistic) yaitu mengukur Berat badan menurut umur (BB/U), berat badan menurut tinggi badan (BB/TB), dan tinggi badan menurut umur (TB/U)(Muflihatin, Purnasari, & Swari, 2019)

Penilaian Status Gizi :

No	Indeks yang dipakai	Batas Pengelompokan	Sebutan Status Gizi
1	BB/U	<-3 SD - 3 s/d ,-2 SD - 2 s/d + 2 SD >+2 SD	Gizi Buruk Gizi Kurang Gizi Baik Gizi Lebih
2	TB/U	<-3 SD - 3 s/d ,-2 SD - 2 s/d + 2 SD >+2 SD	Sangat Pendek Pendek Normal Tinggi
3	BB/TB	<-3 SD - 3 s/d ,-2 SD - 2 s/d + 2 SD >+2 SD	Sangat Kurus Kurus Normal Gemuk

Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi banyak faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang terjadi pada anak meliputi jenis kelamin, usia, perbedaan ras, genetik, dan kromosom. Adapun faktor eksternal terdiri dari keadaan lingkungan sosial, nutrisi, ekonomi, dan stimulasi psikologis. Perkembangan anak sudah menjadi bidang ilmu yang luas dan kompleks. Perkembangan merupakan suatu proses halus dan berkesinambungan atau kontinu yakni sebuah proses penambahan yang bertahap terhadap suatu keterampilan yang sama yang pernah digunakan sejak dulu, (Nahriyah, 2017).

Mengingat risiko munculnya berbagai penyakit yang lebih serius diakibatkan oleh status kegemukan atau obesitas pada anak seperti peningkatan kadar gula darah dan secara tidak langsung berdampak pada penurunan fungsi kognitif anak, (Qoniatul'an, 2018).

Kegemukan atau obesitas sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak. Perkembangan adalah penambahan kemampuan struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks. Perkembangan menyangkut adanya proses diferensiasi sel-sel jaringan, organ, masing-masing dapat memenuhi fungsinya. Perkembangan anak usia prasekolah sifatnya holistik, yaitu dapat berkembang optimal apabila sehat badannya, cukup gizinya dan didik secara baik dan benar. Anak berkembang dari berbagai aspek yaitu berkembang fisiknya, baik motorik kasar maupun halus, bahasa, berkembang aspek kognitif, aspek sosial dan emosional. Perkembangan motorik kasar potensial pesat pada anak usia prasekolah hingga jenjang sekolah dasar. Anggapan bahwa perkembangan motorik kasar akan berkembang secara otomatis dengan bertambahnya usia anak, merupakan anggapan yang keliru. Perkembangan motorik kasar pada anak perlu adanya bantuan dari pendidik di lembaga pendidikan usia prasekolah yaitu dari sisi apa yang dibantu, bagaimana membantu secara tepat sasaran, bagaimana jenis latihan yang aman bagi anak sesuai dengan tahapan usia dan bagaimana kegiatan fisik motorik kasar yang menyenangkan anak, (Burhaein, 2017).

Proses pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan kebesaran Allah SWT yang tidak ada duanya, mulai dari proses pembentukan hingga proses melahirkan dan proses perkembangan, pertumbuhan hingga proses kematian. Semua proses tersebut sudah dijelaskan di dalam ayat-ayat suci Al-Qur'an salah satunya adalah surat (al-Hajj ayat : 05) yang berbunyi :

يَأْيُهَا النَّاسُ إِن كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبُعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن نُّرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ
ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِنْ مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا
نَشَاءُ إِلَىٰ آجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِنَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَّن يُتَوَفَّىٰ
وَمِنْكُمْ مَّن يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا وَتَرَىٰ الْأَرْضَ
هَامِدَةً فَاذًا أَنْزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنْبَتَتْ مِنْ كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ

Artinya : Hai manusia, jika kamu dalam keraguan tentang kebangkitan (dari kubur), maka (ketahui lah) sesungguhnya Kami telah menjadikan kamu dari tanah, kemudian dari setetes mani, kemudian dari segumpal darah, kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna, agar Kami jelaskan kepada kamu dan Kami tetapkan dalam rahim, apa yang Kami kehendaki sampai waktu yang sudah ditentukan, kemudian Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampai lah kepada kedewasaan, dan di antara kamu ada yang diwafatkan dan (ada pula) di antara kamu yang dipanjangkan umurnya sampai pikun, supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatu pun yang dahulunya telah diketahuinya. Dan kamu lihat bumi ini kering, kemudian apabila telah Kami turunkan air di atasnya, hidup lah bumi itu dan subur lah dan menumbuhkan berbagai macam tumbuh-tumbuhan yang indah, (RI, 2019)

خَيْرُ أُمَّتِي الْقَرْنُ الَّذِينَ بُعِثْتُ فِيهِمْ ثُمَّ الَّذِينَ يُلُونَهُمْ... ثُمَّ يَخْلُفُ قَوْمٌ يُحِبُّونَ
السَّمَانَةَ، يَشْهَدُونَ قَبْلَ أَنْ يُسْتَشْهَدُوا (رواه المسلم وأحمد)

“Sebaik-baik umatku adalah masyarakat yang aku di utus di tengah mereka (para sahabat), kemudian generasi setelahnya. Kemudian datang kaum yang suka menggemukkan badan, mereka bersaksi sebelum diminta bersaksi.” (HR. Muslim 6636 dan Ahmad 7322).

Kandungan ayat Al-Qur'an dan hadits tersebut menjelaskan tentang proses terbentuknya manusia mulai dari setetes mani, kemudian menjadi segumpal darah, dari segumpal darah kemudian tumbuh dan berkembang menjadi janin dan terus berkembang hingga menjadi bayi yang sempurna dan tumbuh menjadi anak hingga dewasa yang sehat secara lahir dan batin tanpa ada kekurangan baik dalam pertumbuhan maupun perkembangan. Dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak, perlu adanya pemantauan kesehatan mengenai pertumbuhan dan perkembangan anak. Apakah anak tumbuh dan berkembang secara normal ataupun tidak, karena pada usia ini banyak perubahan-perubahan yang terjadi pada anak, seperti perubahan

fisiologis dan fisik. Perkembangan fisik ini sangat diperlukan gizi yang cukup dan tidak berlebih. Karena dengan pemberian gizi yang berlebih akan mengakibatkan berbagai penyakit. Sebagaimana dalam hadits tersebut yaitu tentang celaan bagi orang gemuk, karena gemuk yang bukan bawaan penyebabnya banyak makan, minum, santai, foya-foya, selalu tenang, dan terlalu mengikuti hawa nafsu. Ia adalah hamba bagi dirinya sendiri dan bukan hamba bagi Tuhannya, orang yang hidupnya seperti ini pasti akan terjerumus kepada yang haram.

Anak usia prasekolah 3-6 tahun kemampuan motorik halusnya mulai berkembang dimana anak mulai dapat menggambar dan menulis. proses tahapan perkembangan setiap anak sama, yaitu merupakan hasil dari proses pematangan. Tetapi dalam pencapaiannya, setiap anak memiliki kecepatan yang berbeda. Motorik halus adalah gerakan yang dilakukan oleh sekelompok otot-otot kecil seperti jari-jemari. Kemampuan motorik halus ini berkembang setelah kemampuan motorik kasar anak sudah berkembang optimal. Perkembangan motorik halus pada usia tertentu menjadi lebih halus dan lebih terkoordinasi dibandingkan dengan masa bayi. Anak-anak terlihat lebih cepat dalam berlari dan meloncat serta menjaga keseimbangan badannya. Untuk memperhalus keterampilan-keterampilan motorik, anak terus melakukan berbagai aktivitas, (Maghfuroh, 2018).