

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

(N. Fadilah & Sefrina, 2022). Obesitas pada anak usia 6-12 tahun, yang ditandai dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang tinggi, berpengaruh secara signifikan terhadap beragam aspek perkembangan dan kehidupan anak. Secara fisik, obesitas dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit kronis seperti diabetes melitus, tekanan darah tinggi (hipertensi), serta gangguan pada fungsi jantung. Secara psikologis anak yang mengalami obesitas lebih rentan terhadap gangguan seperti kecemasan dan depresi yang dapat menurunkan harga diri dan kualitas hidup pada anak. Dari sisi sosial anak dengan obesitas sering menghadapi penolakan dari teman sebaya, stigma negatif, dan risiko menjadi korban pelecehan. Selain itu, dalam aspek spiritual anak yang mengalami obesitas berpotensi merasakan putus asa yang mendalam yang dapat mengarah pada perilaku melukai diri sendiri atau upaya bunuh diri jika tidak mendapat dukungan emosional yang memadai.

Pada tahun 2018 prevalensi obesitas pada anak berusia 5-12 tahun adalah sebesar 20%, yang terdiri dari gizi lebih sebesar 10,8% dan obesitas sebesar 9,2% (Riskesdas, 2018). Pada tahun 2021 angka kejadian obesitas mencapai 3,8% sedangkan pada tahun 2022 angka obesitas pada anak di Indonesia mengalami penurunan yaitu 3,5%, (menurun sebanyak 0,3%) (SSGI, 2023). Prevalensi obesitas di Jawa Timur, termasuk di Jember menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Pada tahun 2018 obesitas pada anak-anak di Jawa Timur berada di angka sekitar 11,80 % untuk anak usia 5-12 tahun. Kabupaten Jember

merupakan wilayah yang menduduki peringkat kedua obesitas tertinggi di Jawa Timur pada tahun 2018, yaitu mencapai 12,74%. Sementara itu, kota Probolinggo yang menduduki peringkat pertama terjadinya obesitas yaitu mencapai 16,79%, kota Malang sebagai peringkat ke tiga yaitu 12,38%, kota Blitar sebagai peringkat ke empat 11,62% dan kabupaten Probolinggo menduduki peringkat 5 yaitu 11,05 % (Riskesdas, 2018).

Obesitas disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk meningkatnya konsumsi makanan cepat saji, faktor genetik, kondisi sosial ekonomi, jenis kelamin dan rendahnya aktivitas fisik (Aryandi et al., 2023). Beberapa tahun terakhir, penggunaan *gadget* seperti *smartphone* dan *tablet* meningkat pesat, menggantikan aktivitas fisik yang sebelumnya lebih dominan. Anak-anak yang menghabiskan lebih banyak waktu bermain *gadget* cenderung lebih sedikit bergerak, yang berkontribusi pada peningkatan berat badan. Durasi penggunaan *gadget* di kalangan anak-anak juga semakin tinggi, dengan rata-rata waktu yang dihabiskan di depan layar mencapai 4-5 jam per hari (Maulina et al., 2022).

Penggunaan *gadget* secara berlebihan menjadikan seseorang tidak terkendali dan ketergantungan yang berlebihan, dan akan menimbulkan kecenderungan negatif bagi kehidupannya, termasuk pada anak-anak. Penggunaan *gadget* yang berlebihan, lama-kelamaan akan membuat anak menjadi kurang peduli dengan lingkungan di sekitarnya, menjadi kurang konsentrasi karena hanya fokus dengan *gadget* yang ada ditangannya, dan menjadi lebih malas dalam melakukan aktivitas sehingga memicu anak mengalami risiko obesitas (Annisa et al., 2022).

Risiko obesitas mengacu pada potensi munculnya berbagai masalah kesehatan akibat kelebihan berat badan atau obesitas, yang didefinisikan sebagai akumulasi lemak berlebihan yang dapat membahayakan kesehatan secara keseluruhan. Obesitas sering kali diukur menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT), atau dalam bahasa Inggris dikenal sebagai *Body Mass Indeks* (BMI), yang merupakan rasio berat badan terhadap tinggi badan. Untuk anak-anak, pengukuran ini tidak hanya dihitung secara langsung, tetapi juga dibandingkan dengan grafik pertumbuhan yang sesuai dengan usia dan jenis kelamin, karena anak-anak sedang dalam fase pertumbuhan yang aktif. Sebagai acuan, anak dianggap berisiko obesitas jika IMT mereka berada di atas persentil ke-85 untuk usia dan jenis kelamin tertentu, dengan kriteria obesitas ditetapkan pada persentil ke-95 atau lebih tinggi. Selain pengukuran IMT, faktor-faktor lain seperti lingkungan keluarga, pola makan, aktivitas fisik, dan riwayat kesehatan keluarga juga berperan penting dalam menentukan risiko obesitas (Akter & Bristy, 2022).

Perawat anak berperan penting dalam membantu mencegah terjadinya peningkatan risiko obesitas pada anak. Salah satu hal yang dapat dilakukan perawat untuk mencegah terjadinya peningkatan risiko obesitas pada anak yaitu dengan mengidentifikasi dampak lama bermain *gadget* dengan risiko obesitas Pada Anak Usia 6-12 Tahun. Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan penelitian lanjutan tentang “Hubungan lama bermain *gadget* dengan risiko obesitas pada anak usia 6-12 tahun”.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Obesitas adalah kondisi penumpukan lemak tubuh secara berlebihan yang terjadi akibat ketidakseimbangan antara asupan energi (*energy intake*) dan energi yang digunakan oleh tubuh (*energy expenditure*), hal ini dapat mengganggu kesehatan dan dapat menimbulkan risiko masalah kesehatan. Obesitas pada anak usia 6-12 tahun merupakan masalah kesehatan yang kompleks dan dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk pola makan, tingkat aktivitas fisik, dan kebiasaan penggunaan *gadget*. Meningkatnya penggunaan *gadget* dalam beberapa tahun terakhir berpotensi menurunkan aktivitas fisik, yang juga berkontribusi terhadap peningkatan berat badan pada anak dan cenderung mengalami risiko obesitas.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana lama bermain *gadget* pada anak usia 6-12 tahun?
- b. Bagaimana risiko obesitas pada anak usia 6-12 tahun?
- c. Adakah hubungan lama bermain *gadget* dengan risiko obesitas Pada anak usia 6-12 tahun?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

- a. Untuk menganalisis hubungan lama bermain *gadget* dengan risiko obesitas pada anak usia 6-12 tahun

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi lama bermain *gadget* pada anak usia 6-12 tahun

- b. Mengidentifikasi risiko obesitas pada anak usia 6-12 tahun
- c. Menganalisis hubungan lama bermain *gadget* dengan risiko obesitas pada anak usia 6-12 tahun

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Orang Tua

Penelitian ini dapat memberikan informasi yang lebih mendalam tentang lama bermain *gadget* dan kaitannya dengan risiko obesitas Pada anak usia 6-12 tahun.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini sebagai tambahan informasi dan *study literature* tentang lama bermain *gadget* dengan risiko obesitas, sehingga dapat menjadi rujukan dalam penelitian selanjutnya untuk meningkatkan perkembangan penelitian tentang kejadian risiko obesitas.

3. Bagi Praktisi Kesehatan

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam peningkatan pelayanan medis atau keperawatan, serta dalam pengembangan dan peningkatan edukasi mengenai lama bermain *gadget* dengan risiko obesitas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah data dan informasi dasar untuk peneliti berikutnya dalam melaksanakan penelitian terkait lama bermain *gadget* dengan risiko obesitas.