

PENGARUH PERAN ORANG TUA TERHADAP KEJADIAN GIZI LEBIH PADA REMAJA DI ERA PANDEMI COVID 19 DI PEKANBARU

Siti Qomariah¹, Sara Herlina², Wiwi Sartika³, Sellia Juwita⁴

¹²³Program Studi D III Kebidanan, , Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrah

⁴Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan , Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrah

Jl. Riau Ujung No 73 Pekanbaru, Riau (082387650055)

siti.qomariah@univrab.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Obesitas pada Remaja merupakan konsekuensi dari asupan kalori (energi) yang melebihi jumlah kalori yang dilepaskan atau dibakar melalui proses metabolisme di dalam tubuh.

Tujuan: adalah untuk mengetahui pengaruh peran orang tua terhadap gizi lebih pada Remaja dimasa Pandemi Covid 19.

Metode: Penelitian ini menggunakan survey analitik dengan *design cross sectional*. Populasi dalam Penelitian ini seluruh Remaja yang ada di Pekanbaru dan sampel sebanyak 335 Remaja. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *Random Sampling* dimana sampel diambil secara acak sebagai responden. Instrumen penelitian yang digunakan adalah berbentuk kuesioner.

Hasil penelitian: Menunjukkan bahwa Mayoritas Peran Orang tua terhadap gizi Remaja adalah baik sebanyak 208 dengan (62,01%) dan Orang tua yang tidak berperan Terhadap Gizi Remaja sebanyak 127 orang dengan (37,9%)., P value 0,000.

Simpulan: Terdapat Pengaruh Peran Orang Tua Terhadap Gizi Lebih Pada Remaja di Era Pandemi Covid 19 di Pekanbaru.

Kata kunci: Peran Orang Tua, Gizi Lebih, Remaja

ABSTRACT

Background: Obesity in adolescents is a consequence of calorie (energy) intake that exceeds the number of calories released or burned through metabolic processes in the body.

Objective: to find out the effect of the role of the tau people on overnutrition in adolescents during the Covid 19 pandemic.

Methods: This study uses an analytical survey with a cross-sectional design. The population in this study were all teenagers in Pekanbaru and a sample of 335 teenagers. The sampling technique used was random sampling where the sample was taken randomly as a respondent. The research instrument used was in the form of a questionnaire.

The results: Shows that the majority of the role of parents on adolescent nutrition is good as many as 208 with (62.01%) and parents who do not play a role in adolescent nutrition as many as 127 people with (37.9%)., P value 0.000.

Conclusion: There is an Influence of the Role of Parents on More Nutrition in Adolescents in the Era of the Covid 19 Pandemic in Pekanbaru.

Keywords: The Role of Parents, Over Nutrition, Adolescents

PENDAHULUAN

Awal tahun 2020 ini dunia dikejutkan dengan adanya wabah yang menyerang hampir sebagian besar negara dunia. Sebagai organisasi kesehatan *World Health Organization* (WHO) mengumumkan adanya temuan Virus Corona Disease (Covid-19) yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 dan dinyatakan bahwa dunia masuk dalam keadaan darurat terkait virus ini (1).

Di Indonesia, penyakit ini dinyatakan sebagai jenis penyakit yang menimbulkan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat (KKM) serta bencana nonalam, yang tidak hanya menyebabkan kematian tapi juga menimbulkan kerugian ekonomi yang cukup besar, sehingga perlu dilakukan upaya penanggulangan. Penanggulangan KKM dilakukan melalui penyelenggaraan kekarantinaan kesehatan, baik di pintu masuk, maupun di wilayah. Dalam penyelenggaraan kekarantinaan kesehatan di wilayah, setelah dilakukan kajian yang cukup komprehensif, Indonesia mengambil kebijakan salah satunya dapat melakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB)

Saat ini sangat diperlukan, langkah langkah pembatasan sosial akan membatasi aktivitas dalam perdagangan, restoran, pasar jalanan, dan bahkan penutupan perbatasan. Banyak individu akan mengalami perubahan rutinitas belanja dan pola kebiasaan makan. Selain mengakibatkan ketidakstabilan ekonomi dan sosial dapat juga mempengaruhi rantai pasokan makanan dan menimbulkan situasi ketidakamanan pangan dan gizi di berbagai wilayah di dunia. Hal ini menyebabkan,

masalah kekurangan gizi dan obesitas dapat meningkat karena akses yang terbatas ke makanan, kekhawatiran akan kehabisan bahan pokok, kemampuan kuliner yang terbatas, gaya hidup yang lebih menetap dan perubahan dalam pembelian makanan, perilaku makan, dan persepsi keamanan pangan. Konsumsi makanan olahan yang lebih tinggi dengan kandungan kalori lebih tinggi, tinggi lemak jenuh, gula, karbohidrat olahan, akses dan penggunaan yang lebih mudah, terutama pada anak-anak dapat berkontribusi untuk meningkatkan prevalensi obesitas pada masa COVID-19 (2).

Remaja merupakan masa peralihan individu dari anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, biologis, kemampuan berfikir dan kematangan emosional. Umumnya individu di katakan remaja ketika beranjak dari usia 12 tahun hingga 21 tahun (3). Pada masa ini individu mengalami perkembangan secara fisik, psikologi dan pola identifikasi dari masa anak-anak menjadi dewasa serta mengalami perubahan. Usia remaja adalah periode transisi yang terbuka terhadap segala bentuk perubahan kondisi yang terjadi di sekitarnya. Perubahan yang terjadi di remaja cenderung menimbulkan berbagai permasalahan dan perubahan perilaku di kehidupan remaja. Salah satu bentuk dari perubahan perilaku pada masa remaja adalah pola pengonsumsian makanan yang mengarah pada pola perilaku makanan yang sehat ataupun makan yang tidak sehat (4).

Obesitas pada Remaja merupakan konsekuensi dari asupan kalori (energi) yang melebihi jumlah kalori yang dilepaskan atau

dibakar melalui proses metabolisme di dalam tubuh. Obesitas merupakan masalah gizi berlebih yang kian marak dijumpai pada anak atau remaja di seluruh dunia (5).

Prevalensi obesitas atau kegemukan pada orang dewasa di atas 18 tahun terus meningkat dari tahun ke tahun sejak 2007. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018 Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan menunjukkan prevalensi obesitas meningkat sejak tiga periode Riskesdas yaitu pada 2007 10,5 %, 2013 14,8 %, dan 2018 21,8 % (6).

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Arneliwati, Pujiati dan Rahmalia di kota Pekanbaru pada tahun 2015 untuk melihat perilaku makan dengan status gizi pada remaja putri diperoleh data yang menunjukkan status gizi kurus dengan perilaku makan yang buruk sebanyak 22% dan status gizi normal yang perilaku makan buruk sebanyak 78%. Penelitian yang dilakukan oleh Emalia, Restuastuti dan Syahfitri tahun 2017 di kota Pekanbaru pada siswa-siswi SMP Negeri 13 diperoleh data status gizi dengan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) berada pada status gizi gemuk sebanyak 23% dan obesitas sebanyak 10%. Hasil penelitian tersebut menunjukkan status gizi pada remaja mengalami permasalahan berupa kelebihan lemak tubuh yang dapat mengakibatkan dampak merugikan bagi kesehatan tubuh.

Peran orang tua sangat dibutuhkan untuk membentuk kebiasaan/pola konsumsi makan yang baik bagi anak, dikarenakan orang tua memiliki peran yang sangat dekat dan dapat membentuk kebiasaan makan anak sejak kecil (7).

Orang tua berperan sebagai fasilitator pemberi asupan yang baik bagi anak, mengontrol serta menuntun anak pada kebiasaan makan yang baik sehingga terhindar dari Obesitas pada Remaja (8).

Ada dua faktor yang berperan dalam menentukan status gizi seseorang yaitu faktor gizi internal dan eksternal. Faktor gizi internal adalah faktor-faktor yang menjadi dasar pemenuhan tingkat kebutuhan gizi seseorang, yaitu nilai cerna makanan, status kesehatan, status fisiologis, kegiatan, umur, jenis kelamin dan ukuran tubuh. Faktor gizi eksternal adalah faktor-faktor yang berpengaruh di luar diri seseorang, yaitu daya beli keluarga, latar belakang sosial budaya, tingkat pendidikan, pengetahuan gizi, jumlah anggota keluarga dan kebersihan lingkungan serta peran keluarga (8).

Menurut (9), terdapat dua peran yang mempengaruhi orang tua yaitu peran formal dan peran informal. Peran informal orang tua bagi anak atau Remaja diantaranya sebagai motivator, edukator dan fasilitator. Sebagai fasilitator, orang tua mampu membimbing, membantu, dan mengalokasikan sumber-sumber untuk memenuhi kebutuhan makanan bagi anak pra sekolah. Upaya ini juga dapat berfungsi sebagai rehabilitatif maupun kuratif. Peran orang tua terhadap anak sebagai upaya rehabilitatif dan kuratif antara lain membantu mencukupi kebutuhan makanan hingga membantu memenuhi sumber-sumber makanan dan menghindari terjadinya obesitas pada Remaja.

Secara garis besar, masalah gizi merupakan dampak dari ketidakseimbangan

antara asupan dan keluaran zat gizi (*nutritional imbalance*), yaitu asupan yang melebihi keluaran atau sebaliknya, di samping kesalahan dalam memilih bahan makanan untuk disantap. Buah dari ketergangguan ini utamanya berupa penyakit kronis, berat badan lebih dan kurang, pica, karies dentis, serta alergi (10).

Berdasarkan masalah yang ditemukan diatas makan penulis tertarik untuk mengetahui Peran Orang Tua terhadap terhadap gizi lebih pada remaja dimasa pandemi covid 19 dipekanbaru.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian survey analitik dengan *design cross sectional* dimana seluruh variabel diobservasi dalam satu waktu. Populasi dalam Penelitian ini seluruh Remaja yang ada di Pekanbaru. Total sampel dalam penelitian ini sebanyak 335 Remaja. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *Random Sampling* dimana sampel diambil secara acak sebagai responden. Instrumen penelitian yang digunakan adalah berbentuk kuesioner. Prosedur pengolahan data dengan *Editing, Coding, Processing, Cleaning*. Analisis data dengan univariat dan bivariat dengan uji *square*. Gizi lebih diukur dengan menggunakan pengukuran antropometri yaitu dengan menimbang Berat Badan (BB) dan mengukur Tinggi Badan (TB). Gizi lebih kelompok kasus adalah sampel yang hasil timbang Berat Badan (BB) dan mengukur Tinggi Badan (TB) didapatkan kategori lebih. sedangkan kelompok control adalah sampel

yang hasil timbang BB dan pengukuran TBnya didapatkan kategori normal.

HASIL

Tabel 1
Peran Orang Tua Terhadap Gizi Lebih Pada Remaja di Era Pandemi Covid 19

Variabel	Gizi Lebih				P valu e	OR	CI 95%	
	Kasus		Kontrol				Low er	Upp er
	n	%	n	%				
Tidak Baik	78	61,4	49	38,6	0,00	2,82	1,79	4,45
Baik	75	36,1	133	63,9	0	3	0	3

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa Mayoritas Peran Orang Tua baik 208 dengan (62,01%) dan Minoritas peran Orang tua tidak baik sebanyak 127 orang dengan (37,9%). Mayoritas Kontrol Gizi Lebih sebanyak 182 (54,3%) dan Minoritas Kasus Gizi Lebih sebanyak 153 (45,7%).

Tabel 2
Pengaruh Peran Orang Tua Terhadap Gizi Lebih Pada Remaja di Era Pandemi Covid 19

Variabel	n	%
Peran Orang Tua		
Tidak Baik	127	37,9
Baik	208	62,1
Gizi Lebih		
Kasus	153	45,7
Kontrol	182	54,3

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa terdapat hubungan antara pengaruh Peran Orang Tua Terhadap Gizi Lebih pada remaja dimasa covid 19. Hal ini ditunjukkan dengan P Value 0,000. Peran Orang Tua memiliki kontribusi terhadap terjadinya gizi lebih pada remaja.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilihat dengan adanya pengaruh Peran Orang Tua terhadap status gizi lebih pada remaja dengan *P Value* 0,000.

Sejalan dengan hasil penelitian Arisdanni dan Buanasita Amerta Nutr,2018) dengan judul Hubungan Peran Teman, Peran Orang Tua, Besaran Uang Saku dan Persepsi Terhadap Jajanan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Anak Sekolah. Nilai rata-rata peran orang tua adalah 20.44 yaitu kategori peran orang tua cukup dan hasil analisis menggunakan uji regresi linear diperoleh nilai $p = 0.006$ yang berarti bahwa ada hubungan peran orang tua dengan kejadian gizi lebih (obesitas dan *overweight*).

Peran orang tua dalam hal ini merupakan dukungan/larangan orang tua dalam hal kebiasaan mengkonsumsi jajanan. Semakin tinggi peran orang tua menunjukkan bahwa orang tua memberikan dampak yang baik dalam membentuk kebiasaan terkait frekuensi ataupun jenis makanan jajanan yang dipilih oleh anak sekolah. Peran orang tua dalam hal ini merupakan dukungan/larangan orang tua dalam hal kebiasaan mengkonsumsi jajanan. Semakin tinggi peran orang tua menunjukkan bahwa orang tua memberikan dampak yang baik dalam membentuk kebiasaan terkait frekuensi ataupun jenis makanan jajanan yang dipilih oleh anak sekolah (11).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa ada pengaruh antara peran orang tua dengan gizi lebih pada remaja. Semakin tinggi peran orang tua, maka cenderung semakin tinggi (gizi lebih). Peran orang tua sangat berpengaruh terhadap

kebiasaan pola makan anak dan asupan zat gizi pada anak. Peran orang tua berhubungan dengan status gizi anak, dimana semakin tinggi peran orang tua maka status gizi anak semakin baik (gizi normal) , namun sebaliknya jika peran orang tua rendah maka anak cenderung mengalami gizi lebih (obesitas dan *overweight*). Dalam hal ini orang tua dapat menjadi panutan tentang kebiasaan makan yang baik sehingga berdampak pada pola makan anak. Selama ini kejadian gizi lebih memang lebih diidentikan dengan faktor genetik aktifitas fisik dan konsumsi sayuran dan buah. pada penelitian ini Peran orang sangat dominan mempengaruhi status gizi pada remaja (10)

Ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi gizi anak salah satunya pengetahuan merupakan hasil tahu dari seseorang setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Melalui proses belajar, seseorang akan menjadi tahu sehingga akan dapat merubah perilaku sebelumnya. Sama halnya dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi terutama pada sang ibu, akan berdampak pada kurangnya kemampuan mengaplikasikan informasi khususnya tentang gizi yang nantinya akan berakibat pada status gizi anak. Hal ini sesuai dengan pernyataan (12), pengetahuan gizi orang tua dan status gizi anak berbanding lurus. Semakin baik pengetahuannya semakin baik juga status gizinya. Hal serupa dijabarkan oleh (13) pada penelitiannya di SD Negeri Ngesrep 02 Kecamatan Banyumal Kabupaten Semarang tahun 2014. Pada penelitiannya yang menyatakan bahwa ada hubungan antara

pengetahuan orang tua dengan status gizi balita. Pengetahuan akan gizi yang di bawah rata-rata, dapat menyebabkan usaha untuk mengoptimalkan gizi menjadi terhambat. Maka dari itu, pemerintah mengadakan program-program melalui penyuluhan dan lain-lain guna membantu masyarakat dalam mengatasi masalah gizi mereka. Masalah anak pendek (stunting) adalah salah satu permasalahan gizi yang menjadi fokus Pemerintah Indonesia (14).

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil Penelitian menunjukan Mayoritas Peran Orang tua terhadap gizi Remaja adalah baik sebanyak 208 dengan (62,01%) dan Orang tua yang tidak berperan Terhadap Gizi Remaja sebanyak 127 orang dengan (37,9%). Ada pengaruh Peran Orang Tua terhadap gizi lebih pada remaja dengan nilai *P Value* 0,000.

Diharapkan kepada orang tua untuk lebih memperhatikan asupan makanan yang diberikan kepada remaja saat berada di rumah khususnya dimasa Pandemi Covid 19 agar tidak terjadi gizi lebih pada remaja.

REFERENSI

1. WHO. World Health Organization. Naming Corona virus Disease (COVID-19) and the Virus that Causes It. 2020.
2. Chorinne.J.E.dkk. Asupan Energi dan Status Gizi Mahasiswa Saat Pandemi COVID-19. Biomedik. 2021;13(2).
3. Dewi AP. Hubungan Karakteristik Remaja, WPeranLTeman SebayaLdan Paparan Pornografi dengan Perilaku Seksual Remaja. Universitas Indonesia; 2012.
4. Proverawati A. Obesitasdan Gangguan Perilaku Makan pada Remaja. Yogyakarta: Nuha Medika; 2010.
5. WHO. Obesity and overweight. Available [Internet]. 2016. Available from: <http://www.who.int/topics/obesity/en/>
6. Riskesdas. aporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional Tahun 2018. Jakarta; 2018.
7. Sarifah. A. Hubungan Peran Keluarga, Guru, Teman Sebaya dan Media Massa dengan Perilaku Gizi Anak Usia Sekolah Dasar di Wilayah Kerja Puskesmas Mabelopura Kota Palu. Universitas Indonesia; 2011.
8. Khasanah R. Hubungan Peran Orang Tua Sebagai Fasilitator Pemberian Asupan Makanan dengan Status Gizi Pada Anak Pra Sekolah TK/RA Guppi. Kalijambe Sragen. 2013;1(11).
9. Mubarak D. Buku ajar kebutuhan manusia : teori dan aplikasi. praktik. Jakarta: EGC; 2009.
10. Istiany R. Gizi terapan. Bandung: Remaja Rosdakarya Offset; 2013.
11. Herlina Arisdanni AB. Hubungan Peran Teman, Peran Orang Tua, Besaran Uang Saku dan Persepsi Terhadap Jajanan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Anak Sekolah. Amerta Nutr. 2018;2(2).
12. Dardjitom. E AD. Anemia gizi besi pada remaja putri di wilayah Kabupaten Banyumas. Ilm Kesehat Masy. 2016;8(1).

13. Makikama, C. V, Kawatu, P. A. T., Punuh MI. Hubungan Antara Asupan Protein Dengan Status Gizi Pada Anak Kelas 4 Dan 5 Sd Inpres Matungkas Kecamatan Dimembe Kabupaten Minahasa Utara. KESMAS. 2017;6(4).
14. Rahmadhita K. Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. Kesehat Sandi Husada. 2020;11(1).