

Deteksi dan Edukasi Pencegahan Obesitas Anak di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Amanah Makassar

Rabia Rabia^{1*}, Melda Putri², Fadilah Farhana², Muh. Ali Akbar³, Mona Oktarina⁴, Kiki Rezki Faradillah¹

¹Program Studi Fisioterapi Program Diploma, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

²Program Studi S1 Fisioterapi, Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin

³Program Doktor Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Jakarta

⁴Program Studi Fisioterapi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

Email: rabia@upnvj.ac.id

Abstrak

Peningkatan prevalensi kegemukan dan obesitas pada anak usia di bawah 5 tahun mendorong perlunya upaya deteksi dan edukasi pencegahan obesitas sedini mungkin. Kegiatan ini dilakukan untuk mendeteksi status obesitas pada anak di PAUD serta memberikan edukasi pencegahan obesitas anak kepada orang tua siswa dan guru di PAUD. Kegiatan berlangsung selama dua hari dengan item kegiatan berupa penyuluhan strategi deteksi dan pencegahan obesitas anak kepada orang tua siswa dan guru serta pemeriksaan status obesitas siswa di PAUD. Setelah diberikan edukasi, seluruh orang tua siswa dan guru PAUD mengetahui mengenai batas maksimum screen time pada anak. Berdasarkan hasil pemeriksaan status obesitas anak, diperoleh sebanyak 14,3% siswa mengalami obesitas dan sebanyak sepertiga anak mengalami obesitas sentral. Namun, hanya 55,6% yang menjawab dengan benar pertanyaan mengenai penyebab obesitas

Kata kunci: Anak; Obesitas; Pendidikan Anak Usia Dini; Obesitas Sentral

Detection and Education of Child Obesity Prevention in Amanah Makassar Early Childhood Education (PAUD)

Abstract

The increase in the prevalence of overweight and obesity in children under 5 years of age encourages the need for obesity detection and prevention education as early as possible. Therefore, this community service was conducted to detect obesity status in children in PAUD and provide education on prevention of childhood obesity to parents and teachers in PAUD. It has been conducted for two days involving education on strategies for detecting and preventing childhood obesity to parents and teachers as well as examining the obesity status of students in PAUD. After providing education on childhood obesity, all parents and PAUD teachers know about the maximum screen time limit for children. Based on obesity status assessment, it was found that 14.3% of students were obese and as many as one third of children had central obesity. However, only 55.6% correctly answered the question about the causes of obesity.

Keywords: Childhood, Obesity, Early education level, Central obesity

PENDAHULUAN

Data di dunia pada tahun 2019 terdapat sekitar 38.2 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami kegemukan atau obesitas. Peningkatan prevalensi kegemukan dan obesitas pada anak dan remaja usia 5-19 tahun meningkat dari 4% sejak tahun 1975 mencapai lebih dari 18% pada tahun 2016 (WHO, 2021). Di Indonesia, seperlima anak usia sekolah dasar mengalami kegemukan atau obesitas (Risksedas, 2018). Anak obes lebih cenderung menjadi dewasa dengan obes (Taqiyah & Iftitah Alam, 2020). Obesitas pada anak dapat menyebabkan timbulnya beberapa masalah kesehatan seperti, diabetes mellitus tipe 2, hipertensi, hiperlipidemia, peningkatan resiko fraktur dan gangguan pertumbuhan tulang, *sleep apnea* dan masalah psikologis terkait kegemukan (Firdaus & Rakhmi Mantu, 2020; Salim et al., 2021). Masa kanak-kanak merupakan periode yang kritis untuk pencegahan obesitas. Anak pada usia ini senang beraktivitas dan bermain serta sering meniru perilaku sehat dan tidak sehat dari orang tua atau pengasuh atau guru (Sabani, 2019). Penilaian mengenai obesitas tidak dapat dilakukan hanya berdasarkan pengamatan semata. Pemantauan berat badan, tinggi badan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk anak usia di atas 2 tahun sebaiknya dilakukan sekali dalam 6-12 bulan (Lasini & Wiyono, 2012; Sabani, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara dengan pihak mitra, diketahui bahwa belum pernah dilaksanakan edukasi mengenai obesitas pada anak beserta strategi pencegahannya kepada para guru dan orang tua siswa di PAUD. Selain itu, sejak pandemi COVID-19, monitoring rutin berat badan dan tinggi badan di PAUD terhenti.

Berdasarkan beberapa studi, rekomendasi pencegahan obesitas pada anak usia PAUD ditujukan kepada orang tua siswa, pengasuh dan guru di PAUD. Peningkatan pengetahuan mengenai optimalisasi perilaku kesehatan berupa aktivitas fisik dan pola makan menunjukkan dampak positif terhadap status berat badan anak. Orang tua dan guru berperan sebagai role model bagi anak. Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mendeteksi status obesitas pada anak serta memberikan edukasi pencegahan obesitas anak kepada orang tua siswa dan Guru di PAUD Amanah Makassar

BAHAN DAN METODE

Kegiatan ini berlangsung selama dua hari yakni 1-2 November 2021 di PAUD Amanah, Makassar, Sulawesi Selatan. Pada kegiatan ini, digunakan beberapa metode untuk penyelesaian masalah yang dihadapi oleh mitra yaitu penyuluhan strategi deteksi dan pencegahan obesitas kepada Para Guru PAUD dan Orang Tua siswa serta pemeriksaan status obesitas siswa PAUD.

Mitra kegiatan pengabdian ini adalah Yayasan H. A. M. Sunusi yang membawahi Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) berupa Kelompok Bermain (KB) dan Taman Kanak-Kanak Amanah di Makassar. Adapun sasaran kegiatan pengabdian ini adalah Guru PAUD (berjumlah 7 orang), Orang Tua Siswa (berjumlah 17 orang) dan Siswa (berjumlah 36 orang) PAUD Amanah, Makassar. Tahapan kegiatan dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Persiapan Pelaksanaan Kegiatan

Sebelum pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian melakukan beberapa aktivitas mencakup (a) Kunjungan ke PAUD dan wawancara ke Ketua Yayasan (tim pengabdian menanyakan ke mitra terkait permasalahan yang dihadapi dan meminta kesediaan untuk menjadi mitra pengabdian) dan (b) Persiapan teknis pelaksanaan kegiatan (Penyusunan booklet dan materi edukasi dalam bentuk *powerpoint*, persiapan kelengkapan alat, penetapan waktu dan tempat pelaksanaan, jumlah peserta yang akan hadir serta penyebaran undangan ke Para Guru dan Orang Tua Siswa PAUD).

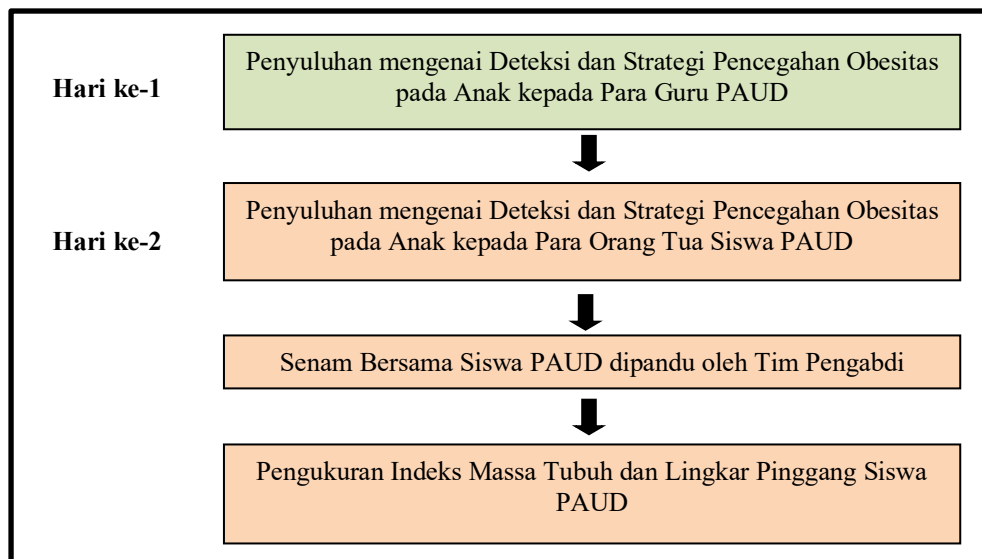
2) Kegiatan Utama Pengabdian kepada Masyarakat.

Adapun ringkasan komponen kegiatan pengabdian dapat dilihat di Gambar 1.

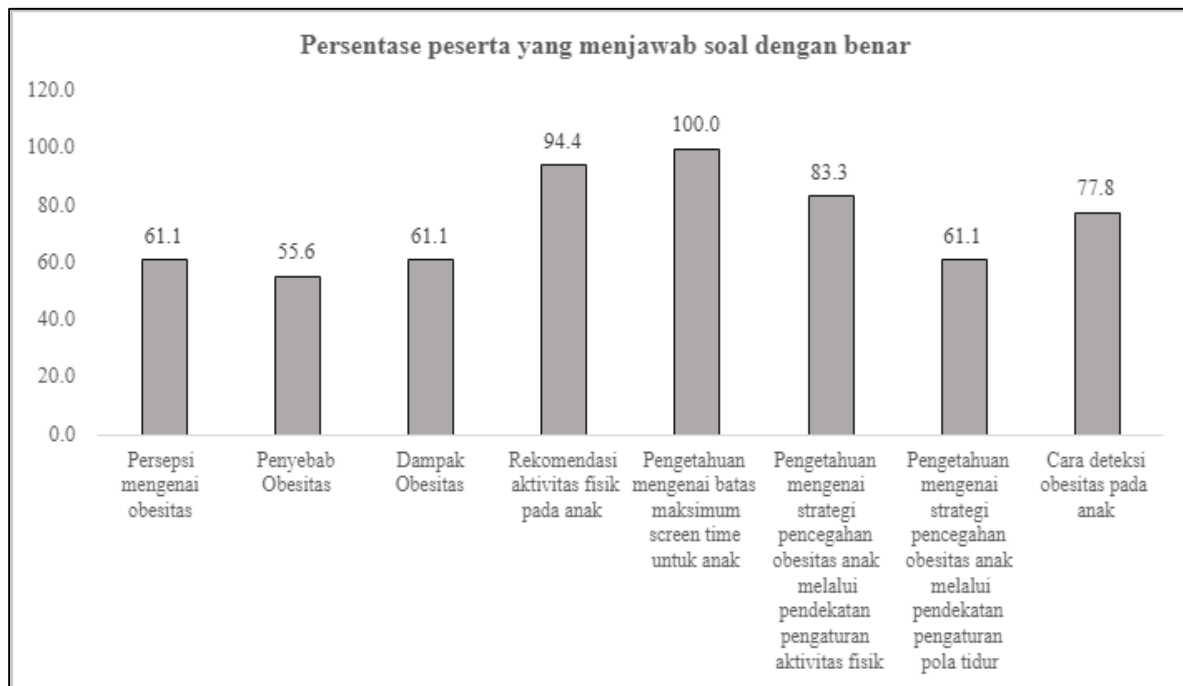
HASIL DAN BAHASAN

Program pengabdian kepada masyarakat ini telah terlaksana dengan baik sesuai rencana dan beberapa tahapan pelaksanaan kegiatan. Adapun hasil dari kegiatan pengabdian ini dapat dilihat pada tabel 1.

Perlu ada tindakan yang nyata yang dapat meningkatkan pengetahuan dalam pencegahan terjadinya obesitas pada anak. Hal ini menjadi penting karena obesitas pada anak jika tidak ditangani lebih awal akan menyebabkan tumbuh kembangnya terganggu dan tidak optimalnya tugas perkembangan pada usia anak. Bisa jadi hal ini akan mengganggu proses tumbuh kembang pada usia selanjutnya.



Gambar 1. Komponen Kegiatan Utama Pengabdian kepada Masyarakat



Gambar 2. Presentase hasil pengetahuan masyarakat

Tabel 1. Pengukuran Indeks Massa Tubuh dan Rasio Lingkar Pinggang Tinggi Badan

Variabel	Laki-Laki (n= 21)	Perempuan (n=15)
Usia		
4 tahun	0 (0)	4 (27)
5 tahun	14 (67)	4 (27)
6 tahun	7 (33)	7 (46)
Status Indeks Massa Tubuh		
Kurus	3 (14.3)	4 (27)
Normal	15 (71.4)	11 (73)
Obesitas	3 (14.3)	0
Status Obesitas Sentral (Lingkar Pinggang/Tinggi Badan)		
Obes sentral (≥ 0.5)	7 (33.3)	5 (33.3)
Non obes sentral (< 0.5)	14 (66.7)	10 (66.7)

SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan ini menghasilkan luaran yang semakin mendukung perlunya edukasi dan deteksi dini terkait obesitas pada anak. Peningkatan pengetahuan orang tua dan guru sedini mungkin terkait obesitas dan pencegahannya dapat menjadi upaya yang dilakukan untuk mendukung penekanan peningkatan angka obesitas anak.

REFERENSI:

- Firdaus, A., & Rakhmi Mantu, M. (2020). Hubungan obesitas dengan gangguan tidur pada siswa SD Islam Al-Abrar Jakarta Pusat. In *Tarumanagara Medical Journal* (Vol. 2, Issue 2).
- Lasini, L., & Wiyono, S. (2012). Perbedaan Asupan Zat Gizi Makro Makan Pagi Pada Remaja Usia 12-19 Tahun Berdasarkan Tiga Daerah Dan Jenis Kelamin Di Propinsi Kalimantan Barat. *Nutrire Diaita*, 4(2), 188–235.
- Riskesdas, K. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (RISKESDAS)*. 44(8), 1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Sabani, F. (2019). Perkembangan Anak-anak Selama Masa Sekolah Dasar (6-7 Tahun). In *Jurnal Kependidikan* (Vol. 8, Issue 2). <https://jurnaldidaktika.org>
- Salim, B. R. K., Wihandani, D. M., & Dewi, N. N. A. (2021). Obesitas sebagai faktor risiko terjadinya peningkatan kadar trigliserida dalam darah: tinjauan pustaka. *Intisari Sains Medis*, 12(2), 519–523. <https://doi.org/10.15562/ism.v12i2.1031>
- Taqiyah, Y., & Ifitah Alam, R. (2020). Kejadian Obesitas Dengan Tingkat Dismenore Primer Pada Remaja Putri. *Nursing Jurnal*, 01(01), 48–55.
- WHO. (2021, June 9). *Obesity and overweight*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.

