

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Organisasi kesehatan dunia atau *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan kecacatan (disabilitas) sebagai istilah umum yang mencakup kelemahan, pembatasan aktivitas dan pembatasan dalam berpartisipasi. Disabilitas seringkali menyebabkan seseorang individu untuk mengalami penurunan dalam segi kesehatan, bermasalah dengan pribadi sendiri dan masalah dengan lingkungan sekitarnya. Terdapat lebih dari satu miliar populasi manusia di dunia yang diprediksikan mengalami berbagai macam kecacatan dalam hidupnya. Menurut pernyataan WHO tahun 2016 terdapat sekitar 15% populasi di dunia yang mengalami berbagai macam kecacatan dalam hidupnya.

Definisi penyandang cacat menurut Undang-Undang Nomor 4 tahun 1997, adalah setiap orang yang mempunyai kelainan fisik dan atau mental, yang dapat mengganggu atau menghambat dalam melakukan aktivitas sehari-hari, yang terdiri dari penyandang cacat fisik, cacat mental dan cacat fisik dan mental. Data dari Kementerian Sosial Republik Indonesia (Kemensos RI) tahun 2010, menyatakan bahwa terdapat 1.167.111 jiwa penyandang disabilitas dari 14 propinsi di Indonesia yang menjadi sasaran survey. (Irwanto dkk., 2010)

Permasalahan kesehatan yang sering mengenai penyandang disabilitas salah satunya adalah *overweight*. *Overweight* dan obesitas pada negara-negara

maju saat ini menjadi momok kesehatan utama, dan bahkan terdapat peningkatan prevalensinya di seluruh dunia yang sekaligus menjadi faktor resiko tinggi untuk berbagai macam penyakit tidak menular (PTM). (Martínez dkk., 2014). Berdasarkan data *Center for Diseases Control and Prevention* (CDC) tahun 2010, kejadian obesitas sebesar 20 % pada anak usia 10 sampai dengan 17 tahun dengan disabilitas, sedangkan pada umur yang sama kejadian obesitas hanya sebesar 15% pada anak yang normal tanpa kecacatan apapun. (Strecker, 2011).

Obesitas merupakan suatu kondisi dimana terjadi akumulasi atau penimbunan lemak yang tidak normal atau berlebihan, sehingga kesehatan seseorang akan terganggu (WHO, 2015). *Overweight* adalah kondisi dimana terjadi peningkatan berat badan yang melebihi berat badan normal atau berat badan ideal disertai dengan peningkatan pada jaringan lemak dan jaringan non-lemak (CDC, 2010). Banyak efek negatif yang diakibatkan oleh obesitas seperti resiko penyakit kardiovaskular, gangguan tidur seperti *sleep apneu*, fungsi hati yang terganggu, masalah pada tulang dan otot, kelainan kulit serta masalah kesehatan jiwa (Irene, 2009). Secara umum terdapat tiga faktor utama yang akan menyebabkan *overweight* dan obesitas yaitu genetik, aktivitas fisik dan juga pola diet. Faktor genetik menyumbang 10-30% angka kejadian *overweight*, sedangkan faktor aktivitas fisik dan pola makan menyumbang 70% dari kejadian *overweight* (Kemenkes, 2017). Faktor pola makan yang menyebabkan terjadinya *overweight* disebabkan karena adanya ketidakseimbangan antara output dan input energi sehari-hari yang jika dibiarkan maka jaringan lemak

tubuh akan ditimbun terus menerus yang pada akhirnya mengakibatkan peningkatan dalam berat badan.

Menurut data WHO tahun 2016, menyebutkan bahwa kejadian *overweight* memiliki prevalensi 18 % pada anak dengan usia 5-19 tahun atau sekitar 340 juta anak. Hasil penelitian dari Riskesdas tahun 2013 memperlihatkan prevalensi terjadinya *overweight* dan obesitas di Indonesia yaitu berturut-turut sebesar 13,5% dan 15,4%, dan untuk kelompok usia 5-12 memiliki prevalensi obesitas sebesar 8%. Menurut data dari Dinkes Provinsi Yogyakarta, prevalensi obesitas di Yogyakarta sebesar 11,3 % untuk usia 15 tahun keatas. *Overweight* tidak hanya terkait dengan masalah kesehatan yang dapat menyebabkan diabetes, hipertensi, penyakit kardiovaskuler dan kematian dini, tetapi juga terkait dengan masalah psikososial dan beban sosial ekonomi (Finkelstein dkk., 2003) (Seach dkk., 2010)

Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa kejadian *overweight* pada anak maupun dewasa dengan disabilitas dipengaruhi beberapa faktor yaitu; kemiskinan, penurunan aktivitas fisik, konsumsi alkohol, penggunaan tembakau, pola makan yang tidak sehat, kebiasaan minum minuman bersoda, lingkungan tempat tinggal, umur, tingkat pendidikan orang tua serta jenis kelamin. (Robertson dkk, 2014 ; Koritsas dkk, 2016 ; Tamin dkk, 2014).

Pengaruh terbesar dari kejadian obesitas yang terjadi pada penyandang disabilitas adalah aktivitas fisik dan pola makan. Banyak penelitian yang telah dilakukan mendapatkan hasil bahwa kedua faktor tersebut adalah faktor yang paling berpengaruh. Faktor tersebut juga dipengaruhi oleh satu faktor lain, yaitu

keluarga. Peranan keluarga juga sangat berpengaruh besar pada angka kejadian obesitas. Menurut penelitian Sons dan John Wiley tahun 2015 dalam pengendalian *overweight*, dukungan dan komitmen keluarga merupakan hal yang penting. Dukungan dan komitmen orang tua tersebut dapat berupa peran orang tua dalam mengendalikan tingkat keaktifan fisik anak dan pola diet. Peranan orang tua terhadap pola makan dan aktivitas pada anak itu sangat berpengaruh karena dukungan emosi pada anak sangat dibutuhkan dalam membangun keinginan anak untuk menurunkan berat badan dengan tujuan mencegah penyakit-penyakit yang dapat ditimbulkan oleh obesitas. (Mariam & Larasati, 2016)

Pola makan merupakan salah satu faktor utama terjadinya *overweight*. Asupan energi pada remaja obesitas lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tidak obesitas. (Kurdanti dkk., 2015). Asupan karbohidrat dan lemak yang berlebih pada remaja akan memiliki risiko 2 kali lipat lebih besar mengalami obesitas dibandingkan dengan remaja yang memiliki asupan karbohidrat dan lemak normal/cukup. Konsumsi makanan padat energi yang lebih tinggi misalnya makanan yang digoreng dan minuman dengan pemanis buatan serta konsumsi daging, ikan dan telur yang berlebihan merupakan faktor resiko dari *overweight* dan obesitas pada anak dengan disabilitas (J. Wang dkk., 2018).

Hampir semua penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya sepakat bahwa salah satu faktor resiko utama dalam kejadian *overweight* dan obesitas adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik sehari-hari memiliki banyak manfaat pada tubuh. Dari beberapa penelitian didapatkan bahwa beraktivitas fisik dalam hal

ini berolahraga dapat menjadi sarana yang efektif untuk menanggulangi permasalahan kesehatan seperti *overweight*, hipertensi, penyakit jantung koroner, depresi dan lain sebagainya. Pada penelitian yang dilakukan Koritas & Iakono (2016) menyatakan bahwa orang dengan cacat intelektual sangat sedikit yang melakukan aktivitas fisik sehari-hari padahal intensitas dan juga frekuensi aktivitas fisik yang teratur akan mengurangi resiko terjadinya berbagai penyakit tidak menular seperti osteoporosis, osteoarthritis, stroke dan dapat pula meningkatkan kesehatan mental (Warburton dkk, 2006).

Overweight seharusnya tidak hanya menjadi perhatian pada anak-anak yang normal, tetapi juga pada anak-anak dengan disabilitas. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang perlindungan anak dan UU Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan menjelaskan bahwa anak dengan kecacatan atau disabilitas berhak mendapatkan perhatian, perlindungan dari keluarga, masyarakat, dan pemerintah. Pengawasan terhadap *overweight* ini bertujuan salah satunya untuk meningkatkan derajat kesehatan seseorang dan sebagai bentuk pencegahan dari berbagai penyakit.

Al Qur'an dan Al Hadist telah menyinggung secara tidak langsung mengenai *overweight* dan obesitas, yang diakibatkan oleh pola diet yang tidak teratur dan cenderung berlebihan dan merupakan suatu tindakan pemborosan. QS. Al-A' Raff: 31 yang artinya:

" Wahai anak cucu Adam! Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan", dan QS. Al-Isra: 27 yang berarti: "Sesungguhnya pemboros-pemboros itu adalah saudara-saudara syaitan dan syaitan itu adalah sangat ingkar kepada Tuhannya". Al

Hadist: *“Tidaklah seorang anak Adam (manusia) mengisi bejana (kantong) yang lebih buruk daripada perutnya. Cukuplah baginya beberapa suap yang bisa menegakkan tulang sulbinya. Jikalau memang harus berbuat, maka sepertiga untuk makanannya, sepertiga untuk minumannya dan sepertiga untuk nafasnya.”* (HR. Imam Ahmad, at-Tirmidzi dan rahimahumullah selainnya)

Kontrol terhadap pola makan dan aktivitas fisik keseharian anak-anak disabilitas sangat terbatas, yang dikarenakan oleh keterbatasan mental salah satunya kognitif pada anak-anak disabilitas tersebut, sehingga perhatian dan peran orang tua dalam pola asuh sangat diperlukan untuk mengarahkan anaknya menuju perilaku hidup yang lebih sehat. Tekanan dan kontrol dari orang tua yang lebih tinggi dapat meningkatkan kemungkinan konsumsi makan anak yang tidak sehat dan mengurangi konsumsi makanan yang sehat (Fisher, 2002; Arredondo, 2006)

Penelitian ini sangat penting untuk dilakukan, mengingat prevalensi kejadian overweight dan juga obesitas terus meningkat dari tahun ketahun. Jika pemicu awal dalam hal ini overweight tersebut tidak dikendalikan maka dapat terjadi berbagai komplikasi yang sangat berbahaya seperti penyakit jantung koroner, diabetes mellitus dan lainnya. Para penyandang disabilitas merupakan kelompok orang yang rentan dan diperlukan perhatian khusus dalam perawatan kesehatannya. Berangkat dari latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya maka penelitian tentang perbandingan diet, aktivitas fisik dan pola asuh orang tua pada remaja overweight dan tidak overweight dengan kebutuhan khusus perlu untuk dilakukan.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini yaitu bagaimanakah perbandingan diet, aktivitas fisik dan pola asuh orang tua remaja *overweight* dan *normalweight* yang mengalami disabilitas di Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis perbandingan diet, aktivitas fisik dan pola asuh orang tua remaja *overweight* dan *normalweight* yang mengalami disabilitas di Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui status gizi remaja disabilitas di SLB DIY
- b. Mengetahui kebiasaan diet pada remaja disabilitas di SLB DIY
- c. Mengetahui kebiasaan aktivitas fisik pada remaja disabilitas di SLB DIY
- d. Mengetahui jenis pola asuh orang tua remaja disabilitas di SLB DIY
- e. Mengetahui perbandingan diet pada remaja *overweight* dan remaja *normalweight* dengan disabilitas di SLB DIY
- f. Mengetahui perbandingan aktivitas fisik pada remaja *overweight* dan remaja *normalweight* dengan disabilitas di SLB DIY
- g. Mengetahui perbandingan pola asuh orang tua pada remaja *overweight* dan remaja *normalweight* dengan disabilitas di SLB DIY.

- h. Mengetahui factor yang paling mempengaruhi kejadian *overweight* remaja disabilitas di SLB DIY.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Diharapkan dari hasil penelitian perbandingan diet, aktivitas fisik dan pola asuh orang tua remaja *overweight* dan *normalweight* yang mengalami disabilitas di Yogyakarta ini dapat meminimalisir kejadian *overweight* pada anak disabilitas dengan melakukan intervensi terhadap faktor penyebab tersebut dan juga dapat melengkapi konsep teori dari permasalahan ini.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dan melengkapi panduan bagi tatacara perawatan diri dan juga dapat mengembangkan rencana mengenai metode dalam rangka menekan prevalensi kejadian *overweight* pada anak disabilitas di Yogyakarta.

E. Keaslian Penelitian

No	Judul, Penulis, Tahun	Variabel	Jenis Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1	Weight, nutrition,	Berat badan,	Crossecti onal	Subjek penelitiannya	Sama-sama menggunakan

	food choice, and physical activity in adults with intellectual disability (Koritsas & Iacono, 2016)	nutrisi, pilihan makanan dan aktivitas fisik	study	adalah orang dewasa dan hanya yang mengalami disabilitas intelektual	variabel aktivitas fisik dan pola makan. Desain penelitian juga sama.
2	Obesity, Physical Activity, and Sedentary Behavior of Youth With Learning Disabilities and ADHD (Cook dkk, 2014)	Obesitas, aktivitas fisik, perilaku sendentari	Crossecti onal study	Subjek penelitian hanya yang mengalami disabilitas dalam belajar dan pemusatan perhatian. Pengambilan data tidak	Menggunakan variabel yang sama yaitu aktivitas fisik dan juga subjek penelitian berada pada kelompok umur remaja

menggunaka

n kuisioner

3.	Obesity, Nutrition, And Physical Activity For People With Significant Disabilities (Grumstrup & Demchak, 2017)	Obesitas, nutrisi dan aktivitas fisik	Literatur review	Subjek penelitian mengambil semua kelompok umur dan pengambilan data berdasarkan pada literatur-literatur sebelumnya.	Terdapat variabel yang sama yaitu nutrisi atau makanan dan juga aktivitas fisik
-----------	--	---------------------------------------	------------------	---	---

5.	Physical Activity, Sedentary Behaviour and the Risk of Overweight	Aktivitas fisik, dan perilaku sedentari	Crosssectional study	Subjek penelitian yaitu anak dengan umur 8-11 tahun dan tidak memiliki	Terdapat persamaan pada variabel aktivitas fisik dan juga proses pengambilan
-----------	---	---	----------------------	--	--

	and Obesity in School Aged Children (Keane dkk., 2017)			disabilitas apapun.	data memakai kuisisioner
6.	Hubungan diet, aktivitas fisik dan pola asuh orang tua dengan kejadian <i>overweight</i> pada remaja disabilitas (Erviana, 2019)	Diet, aktivitas fisik dan pola asuh orang tua	Case control	Mencari hubungan antara ketiga variabel tersebut dengan kejadian <i>overweight</i> pada remaja disabilitas	Memakai kuisisioner yang sama dan juga subjek penelitian yang sama yaitu siswa SLB usia 10- 19 tahun

Tabel 1. Keaslian Penelitian