

## **gambaran pola asuh orangtua pada anak usia sekolah dengan obesitas**

**Livana PH\*, Yulia Susanti<sup>1</sup>, Irma Septianti**

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal, Jln Laut 31A  
Kendal 51311

\*Email: [livana.ph@gmail.com](mailto:livana.ph@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Obesitas merupakan ketidakseimbangan antara jumlah energi yang masuk dengan yang dibutuhkan oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis seperti pertumbuhan fisik, perkembangan, pola makan, aktivitas, pemeliharaan kesehatan. Pola asuh keluarga dapat mempengaruhi keadaan gizi anak, volume makan dan usaha atau motivasi anak makan dipengaruhi juga oleh pola asuh keluarga. Tujuan penelitian untuk mengetahui Gambaran Pola Asuh Anak Usia Sekolah dengan Obesitas. Metode penelitian ini menggunakan survey deskriptif kuantitatif. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner tentang pola asuh dengan 21 pertanyaan. Sampel penelitian orangtua yang mempunyai anak obesitas berjumlah 57 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh orang tua yang dilakukan pada anak yaitu demokratis.

Kata kunci: pola asuh orangtua, anak usia sekolah, obesitas

### **ABSTRACT**

*Obesity is an imbalance between the amount of energy that enters what is needed by the body for various biological functions such as physical growth, development, diet, activity, health maintenance. Family parenting can affect the nutritional status of children, the volume of food and business or the motivation of children to eat is also influenced by family parenting. The purpose of this study was to determine the description of upbringing of school age children with obesity. This research method uses a quantitative descriptive survey. The instrument used was a questionnaire about parenting with 21 questions. The sample of parents who have obese children is 57 respondents. The results showed that parenting patterns performed on children are democratic.*

*Keywords: parenting style, school age children, obesity*

### **PENDAHULUAN**

Anak usia sekolah digambarkan sebagai anak berumur 6 – 12 tahun, dengan karakteristik masa pertumbuhan yang relatif tetap dan mempunyai sedikit masalah pemberian makan. Pada masa ini terjadi peningkatan nafsu makan secara alamiah, sebuah faktor yang dapat meningkatkan konsumsi makanan (Muhilal, 2006). Salah satu masalah gizi yang sering terjadi pada anak usia sekolah adalah obesitas. Obesitas disebabkan oleh ketidak seimbangan antara jumlah energi yang masuk dengan yang dibutuhkan oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis seperti pertumbuhan fisik, perkembangan, aktivitas, pemeliharaan kesehatan (Jahari, 2010). Anak dalam rentang usia ini perlu mendapat perhatian dari sudut perubahan pola makan sehari-hari karena makanan yang biasa dikonsumsi sejak masa anak akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya (Sari, 2011).

Keluarga adalah kunci utama dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, jika dalam suatu keluarga menerapkan aturan, nilai dan prinsip yang nantinya ditiru oleh anak maupun anggota keluarganya (Syarkawi, 2008). Dukungan keluarga merujuk pada dukungan sosial yang dirasakan oleh anggota keluarga atau dapat diakses (dukungan sosial dapat atau tidak dapat digunakan, tetapi anggota keluarga menerima bahwa orang pendukung siap memberikan bantuan dan pertolongan jika dibutuhkan) (Friedman, 2010). Pola asuh keluarga mempengaruhi keadaan gizi anak, volume makan dan usaha atau motivasi anak makan dipengaruhi juga oleh pola asuh keluarga (Jus'at, dkk., 2013). Pengetahuan, perilaku dan sikap ibu juga akan mempengaruhi asupan makanan yang ada di dalam keluarga terutama anak (Munthofiah, 2008). Kelas sosial dan status sosial ekonomi mempengaruhi prevalensi terjadinya obesitas (Anwar, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Rinda menunjukkan ibu yang dapat mempraktikkan perilaku pemberian makan seimbang pada anak sebesar 62,5%, sedangkan 75% yang mempunyai sikap positif dalam pemberian makanan bergizi seimbang dan 54,2% ibu yang hanya mengerti pemberian makanan bergizi seimbang namun tidak dapat mempraktikkan dengan baik (Rinda, 2009). Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan Allo, dkk., (2013) bahwa tingkat pengetahuan *fast food* siswa yang mengalami obesitas di SD Negeri Sudirman I Makassar berada dalam kategori kurang, frekuensi konsumsi *fast food* siswa yang mengalami gizi lebih berada dalam kategori sering, terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian

obesitas siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pola asuh anak usia sekolah dengan obesitas di Desa Pegundan Kab. Pemalang melalui penelitian kuantitatif.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *deskriptif survey*. Alat yang digunakan untuk penelitian adalah kuesioner dengan 21 pertanyaan tentang pola asuh dengan jumlah responden sebesar 57 orang. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dengan distribusi frekuensi.

## HASIL

Hasil penelitian disajikan pada tabel 1 berikut.

Demokratis	26
Permisif	15
Otoriter	16

Tabel 1.

Pola Asuh Orang Tua yang dilakukan pada anak usia sekolah dengan obesitas (n=57)

Variabel	f	%
----------	---	---

Tabel 2

Pernyataan demokratis (n=57)

Pernyataan	Selalu		Sering		Jarang		Tidak Pernah	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Menyatakan menu makan yang disiapkan untuk anak.	17	29,8	29	50	11	19,3	-	-
Menghabiskan makanan yang dimakan.	20	35,1	25	43,9	12	21,1	-	-
Permintaan makanan yang mengandung lemak.	19	33,3	22	38,6	13	22,8	3	5,3
Permintaan makanan yang mengandung manis	18	31,6	21	36,8	17	29,8	1	1,8
Anak yang meminta uang jajan	12	21,1	18	31,6	23	40,4	4	7,0
Anak tidak mau makan	15	26,3	16	28,1	23	40,4	3	5,3
Aturan makan 3x sehari.	13	22,8	23	40,4	14	24,6	7	12,3

## PEMBAHASAN

Hasil analisa menunjukkan bahwa mayoritas pola asuh orang tua yang dilakukan pada anak usia sekolah dengan obesitas di desa Pegundan kecamatan Petarukan kabupaten Pemalang yaitu demokratis sebanyak 26 responden (45,6%). Penelitian ini sejalan dengan teori Dariyo (2007), pola asuh ini memprioritaskan kepentingan anak, akan

tetapi tidak ragu mengendalikan mereka. Orang tua dengan pola asuh demokratis bersikap rasional, dengan mendasari tindakannya rasio atau pemikiran-pemikiran. Orang tua tipe ini juga bersikap realistik terhadap kemampuan anaknya, tidak berharap yang berlebihan sampai melampaui kemampuan anak. Penelitian ini didukung dengan hasil penelitian Julianto (2007) menyatakan bahwa orang

tua menggunakan tipe pola asuh demokratis (74,6%).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas orangtua memberikan pola asuh demokratis. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Jannah (2012) bahwa orangtua yang menanamkan pola asuh demokratis pada anak, menghasilkan perilaku moral anak yang baik sesuai dengan harapan. Hal ini terjadi karena orangtua memberikan kesempatan untuk berdialog bersama anak, memberikan perhatian dan menghargai hak-hak anak. Temuan terkait pola asuh demokratis tergambar dari tindakan dan jawaban yang diberikan bahwa orangtua memberikan aturan kepada anak dan menuntut kepada anak untuk mematuhi, namun orangtua tetap memberikan penjelasan menggunakan kata-kata yang baik serta mudah dipahami anak. Perilaku yang tergambar seperti sering menyatakan menu makan yang disiapkan untuk anak, sering menyuruh menghabiskan makanan yang dimakan, sering menuruti permintaan makanan yang mengandung lemak dan manis, anak jarang meminta uang jajan pada anak, anak jarang tidak mau makan, anak makan sering 3 kali sehari. Pola asuh demokratis inilah yang merupakan salah satu faktor yang membuat anak memiliki berat badan pada kategori obesitas.

## SIMPULAN

Mayoritas pola asuh yang dilakukan orangtua pada anak usia sekolah dengan obesitas menggunakan pola asuh demokratis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Jannah, H. (2012). Bentuk pola asuh orangtua dalam menanamkan perilaku moral pada anak usia di kecamatan ampek angkek. *JURNAL ILMIAH PESONA PAUD*, 1(2).
- Muhilal. (2006). *Gizi Seimbang untuk Anak Usia Sekolah Dasar*, in *Hidup Sehat - Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia*, H.S.
- Soekirman, MH Giarno, Yani Lestari, Editor. PT Primamedia Pustaka: Jakarta. p. 90-106. Diakses di [lib.ui.ac.id/file?file=pdf/metadata-86864.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=pdf/metadata-86864.pdf)
- Jahari A. (2010). *Antropometri Sebagai Indikator Status Gizi*, Gizi Indonesia.
- Syarkawi. (2008). *Pengembangan Kepribadian Anak: peran, moral, emosional, dan sosial sebagai wujud intergitas membangun jati diri*, Cetakan kedua. Jakarta: PT Bumi aksara
- Sari F. (2011). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Obesitas Pada Anak Di TK YPI Ibnu Syam, Cempaka Putih Dan Waladun Shaleh Kecamatan Banuhampu Kabupaten Agam Tahun 2011*. Padang: Universitas Andalas.
- Jus'at, dkk., (2013). *Analisis Regresi Pengolahan Data Gizi dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Esa Unggul
- Rinda, Intansari. (2009). *Pengetahuan, Sikap dan Praktik Pemberi Makanan Bergizi Seimbang di Cikarang Barat Bekasi*. Diakses [dilibRARY.upnvj.ac.id/pdf/2s1keperawatan/206312025/bab1.pdf](http://dilibRARY.upnvj.ac.id/pdf/2s1keperawatan/206312025/bab1.pdf)
- Allo Barre. (2013). *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Sudirman I Makassar*. Makassar. Diakses di [repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/5547/JURNAL.pdf?sequence=1](http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/5547/JURNAL.pdf?sequence=1)

