

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH PADA BALITA DI KELURAHAN SUNGAI BAMBU

Zirly Rossa Rahmadia¹, Sarah Mardiyah²

Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

Jl. Raya Pondok Gede No 23-25, Jakarta Timur 13550

¹ zirly.rossa09@gmail.com

Abstrak

Status gizi lebih merupakan suatu keadaan dimana berat badan melebihi standar pada umumnya. Gizi lebih yang terjadi pada balita dapat memberikan dampak negatif, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Faktor penyebab gizi lebih pada balita antara lain yaitu kurangnya pengetahuan orang tua, pola pemberian makan, berat badan lahir, dan riwayat pemberian ASI eksklusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada balita di Kelurahan Sungai Bambu Jakarta Utara. Jenis penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional*. Sampel yang diperoleh berjumlah 34 responden. Hasil analisis menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi ($p=0,029$), pola pemberian makan ($p=0,014$), berat badan lahir ($p=0,027$), dan riwayat pemberian ASI eksklusif ($p=0,033$) dengan kejadian gizi lebih pada balita. Disarankan kepada petugas kesehatan terkait untuk dapat memberikan edukasi tentang pola gizi seimbang dan pemberian makan yang tepat bagi ibu balita.

Kata kunci : Gizi Lebih; Pola Pemberian Makan; Balita

Pendahuluan

Status gizi lebih, baik *overweight* maupun obesitas, merupakan keadaan yang penting untuk diperhatikan karena dapat memberikan dampak yang buruk bagi penderitanya. Status gizi lebih dapat dialami semua kalangan usia, mulai dari bayi, balita, remaja, dewasa, hingga usia yang lebih tua. Pustaka menyatakan bahwa kelebihan berat badan dapat dibedakan menjadi dua, yaitu kelebihan berat badan dengan persentase sebesar 10 sampai dengan 20% dari berat badan ideal dan berat badan dengan persentase lebih dari 20% berat badan. ⁽¹⁻³⁾

KEMENKES RI (2018) menunjukkan proporsi balita gemuk di Indonesia semakin berkurang, dari 11,9% di tahun 2013 menjadi 8% di tahun 2018. Meski demikian, terdapat 13 provinsi dengan prevalensi gemuk di atas prevalensi nasional. Di wilayah DKI Jakarta, prevalensi balita gemuk mencapai 7,9%. ⁽⁴⁾

Penyebab dari permasalahan gizi lebih pada balita belum diketahui secara pasti.

Namun, pustaka menyatakan salah satu faktor risiko terjadinya gizi lebih pada balita diantaranya yaitu kurangnya pengetahuan ibu. Pemikiran bahwa semakin gemuk balita maka akan semakin terlihat menyenangkan, merupakan pemikiran yang keliru yang dapat menginisiasi terjadinya gizi lebih pada balita. Tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu terkait gizi menjadi modal penting dalam pola pemberian makan yang tepat bagi balita. ⁽⁵⁾

Masalah kegemukan pada balita dapat dipengaruhi sejak awal kehidupan yang tercermin dari berat badan bayi ketika lahir. Berat lahir ini juga menggambarkan keadaan dan asupan gizi ibu selama mengandung. Berat badan lahir bayi diklasifikasikan menjadi berisiko jika berat lahir kurang dari 2500 gram dan melebihi 4000 gram, tidak berisiko jika berat lahir antara 2500 sampai dengan 4000 gram. ⁽⁶⁾

Faktor lain yang mempengaruhi status gizi balita yaitu riwayat pemberian ASI

eksklusif. ASI ialah asupan terbaik untuk bayi. Dalam ASI, terkandung berbagai zat gizi yang diperlukan bayi dalam jumlah tepat. ASI juga memberikan zat imunologis untuk melindungi bayi dari penyakit. Menyusui dengan tepat dapat mencegah terjadinya kejadian gizi lebih pada balita, terkait dengan kontrol nafsu makan dan pengendalian diri terhadap pemasukan energi yang lebih baik dibandingkan dengan bayi yang diberikan susu formula. Dikatakan bahwa ASI adalah cairan nutrisi hidup yang mengandung antibodi, enzim dan hormon, yang semuanya memiliki manfaat bagi kesehatan. Sedangkan susu formula hanyalah makanan. Oleh karenanya, ASI dapat melindungi bayi dari obesitas atau *overweight*.^(7,8)

Gizi lebih pada balita memiliki dampak yang membahayakan bagi kesehatan. Kegemukan yang terjadi pada usia balita dapat

Metode

Disain studi yang digunakan adalah *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2021. Dalam penelitian ini, digunakan beberapa instrumen diantaranya pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan balita) dan kuesioner yang berisi data karakteristik ibu dan balita (usia, jenis kelamin dan tingkat pendidikan ibu), data berat badan lahir, riwayat pemberian ASI eksklusif, pengetahuan gizi ibu, dan pola pemberian makan. Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan *Children Feeding*

menetap hingga usia dewasa. Keadaan ini juga dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskular, diabetes melitus, hipertensi, gangguan hormon, gangguan tulang, *sleep apnea*, dan lain sebagainya. Gizi lebih juga berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak, terutama masalah perkembangan psikososial.⁽⁹⁾

Pada tahun 2019, di Puskesmas Kelurahan Sungai Bambu Jakarta Utara terdapat sebanyak 62% balita mengalami gizi lebih. Dengan demikian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada balita usia 24 sampai dengan 59 bulan di wilayah tersebut.

Questionnaire yang telah diterjemahkan dan dari penelitian sebelumnya oleh Ernawati (2008). Subyek penelitian dibatasi yaitu ibu dengan balita usia 24 sampai dengan 59 bulan yang bertempat tinggal di wilayah Puskesmas Kelurahan Sungai Bambu Jakarta Utara dan bersedia menjadi responden yang menandatangani lembar *inform consent*. Uji yang dilakukan untuk analisis penelitian ini ialah menggunakan uji *chi square*. Responden berjumlah 34 orang.

Hasil

Hasil analisis dalam penelitian ini mencakup distribusi frekuensi karakteristik

responden dan seluruh variabel penelitian. Serta hasil analisis uji bivariat.

Tabel 1. Data Karakteristik Responden

Variabel	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	18	52,9
Perempuan	16	47,1
Usia		
24 – 47 bulan	23	67,6
48 – 59 bulan	11	32,4
Tingkat Pendidikan Ibu		
Tamat SD	6	17,6
Tamat SMP	3	8,8
Tamat SMA	17	50,0
Tamat D3/D4/S1/S2	8	23,5
Total	34	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden balita berjenis kelamin laki-laki sebanyak 52,9%. Sebagian besar responden balita

berusia 24-47 bulan (67,6%) dan 50% ibu balita memiliki tingkat pendidikan tamat SMA.

Tabel 2. Hasil Analisis Univariat

Variabel	n	%
Status Gizi (BB/TB)		
Gizi Lebih	25	73,5
Normal	9	26,5
Pengetahuan Gizi Ibu		
Kurang	26	76,5
Baik	8	34,0
Pola Pemberian Makan		
Tidak Tepat	21	61,8
Tepat	13	38,2
Berat Badan Lahir		
Berisiko	20	58,8
Tidak Berisiko	14	41,2
Riwayat Pemberian ASI Eksklusif		
Tidak	18	52,9
Ya	16	47,1
Total	34	100,0

Berdasarkan tabel 2, sebagian besar responden balita termasuk dalam kategori gizi lebih (73,5%). Sebagian besar responden ibu balita termasuk dalam kategori pengetahuan kurang sebanyak 76,5%. Sebagian besar responden termasuk dalam kategori pola

pemberian makan tidak tepat sebanyak 61,8%. Responden balita yang termasuk dalam kategori berat lahir berisiko (apabila ≥ 4000 gram) sebanyak 58,8%. Responden yang termasuk dalam kategori tidak mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 47,1%.

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat

Variabel	Kejadian Gizi Lebih Pada Balita						P-value	OR
	Lebih		Normal		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Pengetahuan								
Gizi Ibu								
Kurang	22	84,6	4	15,4	26	100		9,167 (1,539-
Baik	3	37,5	5	62,5	8	100	0,029	54,592)
Pola								
Pemberian								
Makan								
Tidak Tepat	19	90,5	2	9,5	21	100		11,083 (1,796-
Tepat	6	46,2	7	53,8	13	100	0,014	68,396)
Berat								
Badan								
Lahir								
Beresiko	18	90,0	2	10,0	20	100		9,000 (1,491-
Tidak Beresiko	7	50,0	7	50,0	14	100	0,027	54,321)
Riwayat								
Pemberian								
ASI Eksklusif								
Tidak	10	55,6	8	44,4	18	100		12,000 (1,294-
Ya	15	93,8	1	6,2	16	100	0,033	111,323)

Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Ibu dengan Kejadian Gizi Lebih pada Balita

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa proporsi balita dengan status gizi lebih, lebih besar terdapat pada kelompok ibu yang memiliki pengetahuan gizi kurang (84,6%), dibandingkan dengan pengetahuan gizi baik (37,5%). Hasil uji statistik didapatkan *p-value* 0,029 yang artinya, secara statistik ada hubungan bermakna antara pengetahuan gizi ibu dengan kejadian gizi lebih pada balita. Nilai *odds ratio* menunjukkan 9,167, artinya ibu dengan tingkat pengetahuan gizi kurang memiliki peluang 9,2 kali untuk mengalami gizi lebih pada balitanya dibandingkan ibu dengan tingkat pengetahuan gizi baik.

Hubungan Antara Pola Pemberian Makan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Balita

Berdasarkan analisis bivariat, diperoleh nilai proporsi balita dengan status gizi lebih, lebih besar pada kelompok ibu dengan pola pemberian makan tidak tepat (90,5%) dibandingkan dengan pola pemberian makan tepat (46,2%). Hasil uji statistik didapatkan *p-*

value 0,014, yang menunjukkan adanya hubungan bermakna antara pola pemberian makan ibu dengan kejadian gizi lebih pada balita. Dari hasil analisis diperoleh nilai OR 11,083, artinya ibu dengan pola pemberian makan tidak tepat memiliki peluang 11 kali untuk mengalami gizi lebih pada balitanya dibandingkan dengan ibu yang pola pemberian makannya tepat.

Hubungan Antara Berat Badan Lahir dengan Kejadian Gizi Lebih pada Balita

Pada penelitian ini, diperoleh nilai proporsi balita dengan status gizi lebih, lebih besar pada kelompok yang berat badan lahir beresiko (90,0%) dibandingkan dengan tidak beresiko (50,0%) Hasil uji statistik didapatkan *p-value* 0,027. Nilai ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara berat badan lahir dengan kejadian gizi lebih pada balita. Dari hasil analisis diperoleh nilai OR 9,000, artinya ibu yang memiliki balita dengan berat badan lahir beresiko memiliki peluang 9 kali untuk mengalami kejadian gizi lebih pada balitanya dibandingkan dengan berat badan lahir tidak beresiko.

Hubungan Antara Riwayat Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Gizi Lebih pada Balita

Pada penelitian ini didapatkan proporsi balita dengan status gizi lebih, lebih besar terdapat pada kelompok yang memiliki riwayat pemberian ASI eksklusif (93,8%) dibandingkan dengan tidak ASI eksklusif

Pembahasan

Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Ibu dengan Kejadian Gizi Lebih pada Balita

Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ibu dengan kejadian gizi lebih pada balita usia 24-59 bulan. Ibu merupakan penentu makanan keluarga, terutama bagi anak dan balita. Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi dapat menjadi salah satu penyebab malnutrisi pada balita. ⁽¹⁰⁾ Pengetahuan ibu terkait gizi dapat berpengaruh terhadap jenis makanan, cara pengolahan dan cara pemberian makan yang diberikan kepada balita. Hal ini juga berkaitan dengan salah satu bentuk perilaku “memaksa” balita untuk memakan makanan sehat dengan mempersiapkan makanan yang sama dengan anggota keluarga lainnya. Pengetahuan gizi ibu juga berkaitan dengan praktek pemberian ASI eksklusif dan makanan pendamping ASI, serta pola makan ibu pada saat hamil yang memiliki peran penting terhadap status gizi dan tumbuh kembang bayi dikemudian hari. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa proporsi balita dengan status gizi baik, lebih besar pada ibu dengan pengetahuan yang baik dibandingkan dengan yang kurang. ^(11,12)

Hubungan Antara Pola Pemberian Makan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Balita

Analisis bivariat menyimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara pola pemberian makan dengan kejadian gizi lebih pada balita. Balita merupakan usia konsumen pasif yang belum selalu dapat menyatakan dan menentukan apa yang ingin dimakan. Oleh karenanya, orang tua atau pengasuh berperan

(55,6%). Penelitian ini juga menunjukkan hubungan yang bermakna antara riwayat pemberian ASI eksklusif pada balita, dengan *p-value* 0,033. Dari hasil analisis diperoleh nilai OR 12,000, artinya ibu yang memiliki balita dengan riwayat tidak ASI eksklusif berisiko 12 kali untuk mengalami kejadian gizi lebih pada balitanya dibandingkan dengan riwayat ASI eksklusif.

penting untuk dapat memberikan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang baik dan terukur. Pola pemberian makan pada balita dapat didefinisikan sebagai keahlian ibu atau pengasuh saat memberi makan kepada balita mulai dari menyusun menu dan jadwal makan, cara pengolahan, cara penyajian, cara pemberian makan, serta menciptakan suasana makan kepada balita, agar kebutuhan gizinya tercukupi. Pengaturan dan pemberian makanan secara tepat dan seimbang, akan mendukung status gizi dan tumbuh kembang yang optimal pada balita. Sebaliknya, pola pemberian makan yang salah dapat menyebabkan balita mengalami malnutrisi, baik itu gizi kurang maupun gizi berlebih. Hasil ini berbeda dengan hasil penelitian Khayati (2018) yang tidak menemukan hubungan yang signifikan antara pola pemberian makan dengan status gizi balita. Pada penelitian tersebut, digunakan instrumen (kuesioner) yang berbeda. ^(13,14)

Hubungan Antara Berat Badan Lahir dengan Kejadian Gizi Lebih pada Balita

Penelitian ini menyimpulkan terdapat hubungan bermakna antara berat badan lahir dengan kejadian gizi lebih pada balita. Masa kehamilan seorang ibu merupakan fase yang dapat menentukan keadaan gizi bayi yang dilahirkannya di kemudian hari. Tumbuh kembang janin selama masa kehamilan dipengaruhi oleh lingkungan yang terbentuk dalam kandungan ibu. Berat badan lahir bayi merupakan cerminan dari hasil tumbuh kembang tersebut. Bayi yang memiliki riwayat berat badan lahir besar berpeluang mengalami kegemukan di kemudian hari terkait

peningkatan massa jaringan tubuh. Sementara pada bayi BBLR, kecenderungan gizi lebih terkait peningkatan massa lemak dalam tubuh. Pustaka lain menjelaskan, berat badan lahir rendah menyebabkan peningkatan risiko obesitas berkaitan dengan konsentrasi plasma leptin yang lebih tinggi.^(15,16)

Hubungan Antara Riwayat Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Gizi Lebih pada Balita

Hasil penelitian ini menyimpulkan terdapat hubungan bermakna antara riwayat pemberian ASI eksklusif dengan kejadian gizi lebih pada balita. Pustaka menyatakan bahwa, pada balita yang mendapatkan ASI dengan baik, memiliki peluang yang lebih rendah untuk mengalami gizi lebih. Suatu penelitian menunjukkan bahwa proporsi balita obesitas yang tidak mendapatkan ASI eksklusif (78,6%) lebih besar dibandingkan dengan yang

Kesimpulan

Terdapatnya hubungan antara pengetahuan gizi ibu, pola pemberian makan, berat badan lahir dan riwayat pemberian ASI eksklusif dengan kejadian gizi lebih pada

mendapatkan ASI eksklusif (21,4%). Menyusui dengan tepat dapat mencegah terjadinya kejadian gizi lebih pada balita, karena dapat membantu dalam mengendalikan pemasukan energi yang berkaitan dengan respon internal dalam menyadari rasa kenyang. Pada hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa ASI eksklusif umumnya memiliki efek perlindungan yang signifikan secara statistik terhadap *overweight*/obesitas. Hal ini berkaitan dengan kadar lemak dan protein yang lebih tinggi pada susu sapi, kandungan zat bioaktif (leptin dan ghrelin) yang lebih banyak pada ASI, serta kandungan mikroflora usus yang berbeda pada bayi ASI dan sufor. Dijelaskan bahwa pada bayi-bayi yang diberikan ASI, dapat terhindar dari kejadian obesitas karena memiliki kadar insulin dan hormon leptin yang lebih seimbang.^(17,18)

balita. Disarankan kepada petugas kesehatan untuk dapat memberikan edukasi terkait pola pemberian makan yang tepat bagi ibu balita.

Daftar Pustaka

- [1]. Ahrens, W., & Pigeot, I. *Risk Factors of Childhood Obesity: Lessons from The European IDEFICS Study*. In M.L. Frelut (Ed.), *The ECOG's eBook on Child and Adolescent Obesity*. 2015. Retrieved from ebook.ecog-obesity.eu
- [2]. William, S. E. & Greene, J. L. Childhood Overweight and Obesity: Affecting Factors, Education and Intervention. *Journal of Childhood Obesity*. 2018; 3 (2): 9.
- [3]. Tristiyanti, W. F., Tamtomo, D. G., Lanti, Y., & Dewi, R. Analisis Durasi Tidur, Asupan Makanan, dan Aktivitas Fisik sebagai Faktor Risiko Kejadian Obesitas pada Balita Usia 3- 5 Tahun. *Sari Pediatri*. 2018; 20 (3), 178-184.
- [4]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI. 2018.
- [5]. Syahidah, Z. A. & Wijayanti H. S. Perbedaan Aktivitas Fisik, Screen Time, dan Persepsi Ibu Terhadap Kegemukan Antara Balita Gemuk dan Non-Gemuk di Kota Semarang. *Journal of Nutrition College*. 2017; 6 (1), 11-18.
- [6]. Varnaccia, et al. Factors Influencing Childhood Obesity the Establishment of a Population-Wide Monitoring System in Germany. *Journal of Health Monitoring*. 2017; 2 (2), 85-97.
- [7]. Yopiana, E., Dewi, Y. L. R., & Murti, B. Relationship between Formula Milk and the Incidence Obesity in Children under Five: Meta-Analysis. *Indonesian*

- Journal of Medicine*. 2020; 5 (04), 299-307.
- [8]. Suciati, S. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Rendahnya Risiko Obesitas Pada Anak: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan*. 2020; 10 (1), 1-5.
- [9]. Astuti, E. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kelebihan Berat Badan (Obesitas) Pada Balita. *Jurnal Keperawatan*. 2016; 5 (2), 1-5.
- [10]. Fadila, R. N., Amareta, D. I., & Febriyatna, A. Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Anak TK di DesaYosowilangun Lor Kabupaten Lumajang. *Jurnal Kesehatan*. 2017; 5 (1), 14-20.
- [11]. Nurmaliza, N., & Herlina, S. Hubungan Pengetahuan dan Pendidikan Ibu terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesmas Asclepius*. 2019; 1 (2), 106-115.
- [12]. Susilowati, E., & Himawati, A. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi Balita dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1 Demak. *Jurnal Kebidanan*. 2017; 6 (13), 21-25.
- [13]. Khayati, F. N., & Munawaroh, R. Hubungan Pengetahuan Ibu dan Pola Pemberian Makanan Terhadap Status Gizi Anak Usia Toddler. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*. 2018; 2 (1), 52-64.
- [14]. Domili, I., Tangio, Z. N., Arbie, F. Y., Anasiru, M. A., Labatjo, R., & Hadi, N. S. Pola Asuh Pengetahuan Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 2021; 7 (Khusus), 23-30.
- [15]. Suriani, S. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kegemukan Pada Balita di Kelurahan Warnasari Kecamatan Citangkil Kota Cilegon, *Faletehan Health Journal*. 2019; 6 (1): 1-10.
- [16]. Jornayvaz, et al. Low Birth Weight Leads to Obesity, Diabetes and Increased Leptin Levels in Adults: The Colaus Study. *Cardiovasc Diabetol*. 2016; 15 (73), 1-10.
- [17]. Saputri, E. L. & Syauqy, A. 2014. Hubungan Riwayat Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak. *Journal of Nutrition College*. 3(1): 1-8.
- [18]. Lee, J. W., Lee, M., Lee, J., Kim, Y. J., Ha, E., & Kim, H. S. The Protective Effect of Exclusive Breastfeeding on Overweight/Obesity in Children with High Birth Weight. *Journal of Korean medical science*, 2019; 34 (10), 1-9.