

**Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Gizi Lebih Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu**

**Faktor associated with overweight in children five in the Region of health centers working Kepenuhan Hulu**

**Rika Herawati\* Yoan Yunita\*\***

\*Dosen Prodi DIII Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian

\*\* Bidan RS Setia Insani Pasir pengaraian

**ABSTRAK**

Status gizi lebih merupakan keadaan seseorang dimana jumlah energy yang masuk kedalam tubuh lebih besar dari jumlah energy yang di keluarkan. Jumlah gizi lebih pada balita di Indonesia diperkirakan 5,8% yang disebabkan oleh berbagai faktor. Tujuan penelitian dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan gizi lebih pada balita di wilayah kerja puskesmas kepenuhan Hulu kabupaten Rokan Hulu. Jenis penelitian ini adalah *kuantitatif analitik* dengan desain *cross sectional*. Populasi dan sampel pada penelitian ini 40 orang balita dengan gizi lebih. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dengan menggunakan uji T independen. Hasil univariat diperoleh bahwa balita yang memiliki keturunan gizi lebih sebanyak 25 orang (62,5%), pendidikan ibu yang rendah sebanyak 34 orang (85,0%), balita yang kebiasaan mengkonsumsi makan jajan sebanyak 25 orang (62,5%), dan ibu tidak membiasakan menyediakan makan siap saji dirumah sebanyak 23 orang (57,5%). Uji bivariat keturunan nilai p value=0,0005, yang berarti ada hubungan yang signifikan, Uji bivariat pendidikan ibu nilai p value=0,0005 yang berarti ada hubungan yang signifikan, kebiasaan mengkonsumsi makan jajan nilai p value=0,003 yang berarti ada hubungan yang signifikan dan uji bivariat kebiasaan ibu nilai p-value=0,0005 yang berarti ada hubungan dengan gizi lebih pada balita yang signifikan. Dari hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa yang berhubungan dengan status gizi lebih pada balita adalah keturunan, pendidikan ibu, kebiasaan mengkonsumsi makan jajan dan kebiasaan ibu. Saran diharapkan bagi ibu yang mempunyai balita agar rutin menilai status gizi anaknya dengan cara membawa anaknya keposyandu setiap bulan, bagi peneliti selanjutnya di harapkan dapat di jadikan bahan pertimbangan untuk menggunakan jenis, desain yang lain dan jumlah sampel yang lebih banyak, bagi institusi pendidikan untuk menambah bahan informasi baru di perpustakaan, dan bagi tempat peneliti agar dapat memberikan informasi atau penyuluhan tentang gizi lebih.

Kata Kunci : Balita, Gizi lebih

## PENDAHULUAN

Gizi lebih merupakan kondisi adanya berat badan melebihi berat badan normal dan kelebihan lemak tubuh. Sehingga berat badan jauh diatas normal. (Damayanti, D, 2011).

Gizi lebih pada balita berumur 1 sampai 5 tahun dapat ditentukan menggunakan perhitungan berat badan ideal yaitu berat badan dibagi umur balita, jika hasilnya diatas 20% maka balita dapat dikatakan gizi lebih, ini dapat dilihat dari hasil penimbangan yang di lakukan pada saat posyandu diliat pada KMS (jurnal madani, 2008).

Menurut badan kesehatan dunia atau *World Health Organization* (WHO), Gizi lebih adalah suatu keadaan dimana terjadi penimbunan jaringan lemak secara berlebihan pada tubuh seseorang (Freitag H & Oktaviani D, 2010)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan banyak negara, ternyata kasus Gizi lebih itu paling banyak ditemukan di negara kepulauan pasifik. Di negara Nauru sebanyak 79% Gizi lebih, di negara Amerika Serikat presentase Gizi lebih sebanyak 28% atau hampir sepertiganya, di Jerman jumlah orang Gizi lebih sebanyak 21% dari seluruh penduduknya. Di negara Timur Tengah jumlah orang Gizi lebih mencapai 29%. Presentase Gizi lebih yang kecil terdapat di Asia, seperti di negara

Cina dan Jepang, jumlah penderita Gizi lebih sekitar 3% dari total jumlah penduduk (Freitag H & Oktaviani D, 2010).

Prevalensi Gizi lebih pada balita di Indonesia pada tahun 2011 sebesar 5,8%, dan prevalensi terbesar adalah Jakarta 11,1%, Bengkulu 10,9%, Sulawesi 10,2% (Profil Indonesia 2011).

Prevalensi Gizi lebih pada balita di propinsi Riau pada tahun 2010 sebesar 2,1%, menunjukan prevalensi terbesar di Inhil 3,5%, Palalawan 3,5%, Pekanbaru 2,5% dan Rokan Hilir 2,4%. (Profil Riau, 2010).

Prevalensi Gizi lebih pada balita di Kabupaten Rokan Hulu tahun 2011 sebesar 4,40%, dan menunjukan Gizi lebih terbanyak, Rokan IV Koto 8,40%, Bangun Purba 6,08%, Kepenuhan Hulu 9,72%. Pagaran Tapah 8,91%. (Profil Rokan Hulu 2011).

Adapun faktor yang menyebabkan Gizi lebih pada balita adalah faktor genetik atau keturunan, Kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan, status Pendidikan ibu, aktifitas pada balita, dan kebiasaan keluarga, akibat Gizi lebih pada balita adalah gangguan jantung dan pembuluh darah, gangguan fungsi paru-paru, dan gangguan psikologi gangguan kulit (kautsar, 2009). Berdasarkan hasil cakupan status gizi lebih pada balita di Kecamatan Dan Puskesmas Kabupaten Rokan Hulu pada tahun 2011 berjumlah 4,40% balita.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dan belum ada penelitian tentang Gizi lebih di wilayah kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan Gizi lebih pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu Kabupaten Rokan Hulu.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif analitik yaitu suatu metode penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi (Notoatmodjo, 2010)

Desain penelitiannya menggunakan rancangan *cross sectional* yaitu peneliti hanya melakukan observasi dan pengukuran variable pada suatu saat tertentu saja (Saryono, 2011).

### Lokasi Dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu Kecamatan Kepenuhan Hulu

Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret - Juni 2013

### Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling

#### 1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan sumber data yang diperlukan dalam suatu penelitian (saryono, 2011). Populasi penelitian

disini adalah balita yang posyandu di Wilayah kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu Kabupaten Rokan Hulu.

#### 2. Sampel

Sampel adalah Populasi yang akan diteliti terkadang jumlahnya sangat melimpah, tempatnya sangat luas dan berasal dari strata/tingkat yang berbeda (saryono, 2011).

Rumus:  $n = N \times faktor$

Range: 10 – 15 sampel / faktor

$n = 10 \times 4 = 40$

Keterangan:

n = Besar sampel

N = Jumlah populasi

Dari rumus di atas diperkirakan perolehan maksimal sampel sebanyak 40 responden.

#### 3. Teknik sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Setiawan & Saryono, 2010) Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Ibu yang memiliki gizi lebih

b. Mampu menulis dan membaca

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

Setelah dilakukan penelitian terhadap 40 responden di wilayah kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu mengenai factor-faktor yang Analisis Univariat

berhubungan dengan gizi lebih pada balita, maka didapat hasil sebagai berikut :

a. Keturunan (Genetik)

Tabel 4.1 Distribusi Gizi lebih pada balita berdasarkan keturunan (Genetik)

Keturunan (Genetik)	Jumlah	Persentase
Ada	25	62,5
Tidak ada	15	37,5
Total	40	100,0

Berdasarkan hasil dari tabel 4.1 dapat diketahui responden paling banyak dari keturunan yang bergizi lebih yaitu 25 orang (62,5%) sedangkan yang tidak ada keturunan yaitu 15 orang (37,5%).

b. Pendidikan ibu

Tabel 4.2 Distribusi Gizi lebih pada balita berdasarkan pendidikan ibu

Pendidikan ibu	Jumlah	Persentasi
Rendah	34	85,0
Tinggi	6	15,0
Total	40	100,0

Berdasarkan dari tabel 4.2 dapat diketahui responden paling banyak berpendidikan rendah yaitu 34 orang (85,0%) sedangkan yang berpendidikan tinggi 6 orang (15,0%).

c. Kebiasaan mengkonsumsi makan jajan

Tabel 4.3 Distribusi Gizi lebih pada balita berdasarkan kebiasaan mengkonsumsi makan jajan

Kebiasaan mengkonsumsi makan jajan	Jumlah	Persentasi
Ya	25	62,5
Tidak	15	37,5
Total	40	100,0

Berdasarkan dari hasil tabel 4.3 di atas dapat diketahui anak responden paling banyak mengkonsumsi makanan jajan yaitu 25 orang (62,5%) sedangkan yang tidak mengkonsumsi makanan jajan yaitu 15 orang (37,5%).

d. Kebiasaan ibu

Tabel 4.4 Distribusi Gizi Lebih pada balita berdasarkan kebiasaan ibu

Kebiasaan ibu	Jumlah	Persentasi
Ya	17	42,5
Tidak	23	57,5
Total	40	100,0

Berdasarkan dari hasil tabel 4.4 dapat diketahui responden paling banyak tidak membiasakan menyediakan makanan instan dirumah yaitu 17 orang (42,5%) sedangkan yang kebiasaan ibu menyediakan makanan instan yaitu 23 orang (57,5%).

Resume analisa Univariat  
 Responden yang memiliki keluarga yang bergizi lebih yaitu 25 orang (62,5%), rata-rata ibu berpendidikan rendah yaitu 34 orang (85,0%), banyak anak kebiasaan mangkonsumsi makan Analisis Bivariat

jajan yaitu 25 orang (62,5%), dan banyak ibu yang tidak pernah membiasakan menyiapkan makanan siap saji di rumah yaitu 23 orang (57,5%).

a. Keturunan (Genetik)

Tabel 4.5 Distribusi rata-rata gizi lebih berdasarkan faktor keturunan

keturunan	N	Mean	SD	SE	95% CI	p Value
Ya	25	23,36	8,281	1,656	-11,683-	0,0005
Tidak	15	15,20	1,781	0,460	4,637	

Rata- rata gizi lebih yang berdasarkan ada keturunan gemuk adalah 23,36 kg dengan standar deviasi 8,281 kg, sedangkan untuk yang tidak ada keturunan rata-ratanya adalah 15,20 kg dengan standar deviasi 1,781 kg. Hasil uji statistik diperoleh nilai p = 0,0005 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara keturunan dengan gizi lebih pada balita.

b. Pendidikan ibu

Tabel 4.6 Distribusi rata-rata gizi lebih berdasarkan faktor pendidikan ibu

Pendidikan ibu	N	Mean	SD	SE	95% CI	p Value
Rendah	34	21,44	7,801	1,338	-10,578-	0,0005
tinggi	6	13,83	1,472	0,601	4,638	

Rata- rata gizi lebih pada balita menurut pendidikan ibu yang rendah adalah 21,44 kg dengan standar deviasi 13,83 kg, sedangkan untuk yang berpendidikan tinggi rata-ratanya adalah 13,82 kg dengan standar deviasi 1,472 kg. Hasil uji statistik

diperoleh nilai  $p = 0,0005$  yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu dengan gizi lebih pada balita.

c. Kebiasaan Mengonsumsi makan jajan

Tabel 4.7 Distribusi rata-rata gizi lebih berdasarkan faktor kebiasaan mengonsumsi makan jajan.

Mengonsumsi Makan jajan	N	Mean	SD	SE	95% CI	P Value
Ya	25	16,27	8,111	1,622	-10,639-	0,003
Tidak	15	16,27	4,964	1,282	2,268	

Rata-rata gizi lebih pada balita menurut adanya kebiasaan mengonsumsi makan jajan adalah 16,27 kg dengan standar deviasi 8,111 kg, sedangkan gizi lebih untuk yang tidak kebiasaan makan jajan 16,27 kg dengan standar deviasi 4,964 kg. Uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,003$  yang berarti ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan mengonsumsi makan jajan dengan gizi lebih pada balita.

d. Kebiasaan ibu

Tabel 4.8 Distribusi rata-rata gizi lebih berdasarkan faktor kebiasaan ibu.

Kebiasaan ibu	N	Mean	SD	SE	95% CI	P Value
Ya	17	15,35	1,801	0,437	4,899-	0,0005
Tidak	23	23,96	8,364	1,744	12,308	

Rata-rata gizi lebih pada balita menurut adanya kebiasaan ibu adalah 15,35 kg dengan standar deviasi 1,801 kg, sedangkan untuk yang tidak menurut kebiasaan ibu 23,96 kg dengan standar deviasi 8,364 kg. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,0005$  yang berarti ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan ibu dengan gizi lebih pada balita.

1. Resume Analisa Bivariat

Hasil uji statistik diperoleh faktor keturunan nilai  $p = 0,0005$  yang berarti ada hubungan yang signifikan, pendidikan ibu nilai  $p = 0,0005$  yang berarti ada hubungan yang signifikan, kebiasaan mengonsumsi makan jajan nilai  $p = 0,003$  yang berarti ada hubungan yang signifikan, dan kebiasaan ibu nilai  $p = 0,0005$  yang berarti ada hubungan yang signifikan.

**PEMBAHASAN**

1. Hubungan antara faktor keturunan dengan gizi lebih pada balita di Wilayah kerja Puskesmas Kepenuhan hulu

Berdasarkan analisis deskriptif peneliti ingin menunjukkan bahwa balita yang memiliki keluarga gemuk sebanyak 25 orang (62,5 %).

Analisis Bivariat terhadap hubungan antara faktor keturunan dengan gizi lebih pada balita didapat nilai  $p$  sebesar 0,0005 ( $p < 0,05$ ) maka secara statistik ada hubungan yang signifikan antara faktor keturunan dengan gizi lebih pada balita di wilayah kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu

Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa seorang balita yang memiliki berat badan lebih dikarenakan adanya keturunan dari orang tua yang juga memiliki berat badan lebih (Dariyo, 2004).

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian Yusriani dkk (2008) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara keturunan dengan gizi lebih pada balita.

2. Hubungan antara faktor pendidikan ibu dengan gizi lebih pada balita pada wilayah kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu

Berdasarkan analisis deskriptif penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata responden berpendidikan rendah yaitu sebanyak 34 orang (85,0%).

Analisis bivariat terhadap hubungan antara faktor pendidikan ibu dengan gizi lebih pada balita didapat nilai  $p$  sebesar

0,0005 ( $p < 0,05$ ) maka secara statistik ada hubungan yang signifikan antara faktor pendidikan ibu dengan gizi lebih pada balita di wilayah kerja Puskesmas kepenuhan Hulu.

Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa Tingkat pendidikan ibu sangat berpengaruh terhadap kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi anaknya. (Hadi 2001). Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Ariandani (2011), yang menunjukkan bahwa faktor pendidikan ibu ada hubungan yang signifikan terhadap gizi lebih pada balita.

3. Hubungan antara faktor kebiasaan mengkonsumsi makan jajan dengan gizi lebih pada balita di wilayah kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu

Berdasarkan analisis deskriptif penelitian ini menunjukkan bahwa anak lebih suka mengkonsumsi makan jajan yaitu sebanyak 25 orang (62,5%).

Analisis Bivariat terhadap hubungan antara faktor kebiasaan mengkonsumsi makan jajan dengan gizi lebih pada balita didapat nilai  $p$  sebesar 0,003 ( $p < 0,05$ ) maka secara statistik ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan mengkonsumsi makan jajan dengan gizi lebih pada balita di wilayah kerja puskesmas Kepenuhan Hulu.

Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa Akibat kebiasaan mengkonsumsi makan jajan ini, mekanisme pengendalian

nafsu makan menjadi kurang efektif sehingga menimbulkan kegemukan pada anak (Barasi, M, 2007)

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Ariandani (2011), yang menunjukkan bahwa faktor kebiasaan mengkonsumsi makan jajan ada hubungan yang signifikan terhadap gizi lebih pada balita.

#### 4. Hubungan antara faktor kebiasaan ibu dengan gizi lebih pada balita di wilayah kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu

Berdasarkan analisis deskriptif penelitian ini menunjukkan bahwa ibu tidak pernah menyediakan makanan siap saji di rumah yaitu sebanyak 23 orang (57,5%).

Analisis Bivariat terhadap hubungan antara faktor kebiasaan ibu dengan gizi lebih pada balita didapat nilai p sebesar 0,0005 ( $p < 0,05$ ) maka secara statistik terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan ibu dengan gizi lebih pada balita di wilayah kerja puskesmas Kepenuhan Hulu.

Sikap, kebiasaan, dan keyakinan tentang memilih makanan dan bagaimana membelanjakan keluarga adalah Faktor penting untuk membentuk hubungan yang sehat dengan makanan.

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian Ariandani (2011), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara ibu yang tidak membiasakan menyiapkan makanan siap saji di rumah dengan gizi lebih pada balita. Hal ini jika anak lebih suka

makan masakan ibu dan tidak teratur dalam pola makannya maka resiko terjadi kegemukan akan terjadi pada balita.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan gizi lebih pada balita di wilayah kerja puskesmas Kepenuhan Hulu maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

Semua Faktor-faktor yang diteliti pada penelitian ini memiliki hubungan yang signifikan terhadap gizi lebih pada balita di wilayah kerja Puskesmas Kepenuhan Hulu, faktor keturunan (genetik) yang memiliki nilai p Value = 0,0005, faktor pendidikan ibu dengan nilai p Value = 0,0005, faktor kebiasaan mengkonsumsi makan jajan dengan nilai p Value = 0,003 dan faktor kebiasaan ibu dengan nilai p Value = 0,0005.

### SARAN

#### 1. Bagi ibu

- a. Diharapkan ibu mengetahui bagaimana cara mencegah gizi lebih pada balita.
- b. Ibu yang mempunyai balita agar rutin menilai status gizi anaknya dengan cara membawa anaknya keposyandu setiap bulan.

#### 2. Bagi tempat penelitian



Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan informasi atau penyuluhan tentang gizi lebih.

3. Bagi penelitian selanjutnya Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya melalui jumlah responden yang lebih besar.
4. Bagi institusi D-III Kebidanan Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menambah bahan informasi yang baru di perpustakaan.

#### DAFTAR PUSTAKA

Almatsier.(2003).prinsip dasar ilmu gizi.jakarta:gramedia

Anggraini.(2008).*faktor-faktor pada anak*.  
<http://search.incredibar.com>.Di peroleh pada tanggal 12 november 2011

Barasi.(2007).*at a glance ilmu gizi*.cetakan PT Gelora Aksara pratama :Erlangga

Dariyo.(2004).*psikologi perkembangan*.<http://books.goole.co.id>.di peruoleh tanggal 28 oktober 2004

Damayanti, Denidya. (2011).*Makan enak tanpa takut gemuk*. Yogyakarta: Araska.

Freitag Harry.(2010).*Diet seru ala remaja*.Yogyakarta : jogja great

Firman.*Penyebabobesitas*.<http://www.pesona.co.id/sehat/kes>

ehatan/tiga.faktor.penyebab.obesitas/002/002/22 di peroleh 10 juni 2011

Gofar.(2012). *Jurnal kesehatan,penghasilan dan pendidikan orang tua mempengaruhi kesehatan anaknya*. <http://jdokter.com> di peroleh pada tanggal 14 juni 2012

Heryati.ddk(2005).*gizi dalam kesehatan reproduksi*.jakarta:EGC

Hidayah.(2012).*obesitas pada anak*.<http://tkit.nurhidayahsolo>. di peroleh, 13 November 2012

Notoatmodjo,soekidjo.(2010).*Metodologi penelitian kesehatan*. cetakan pertama. Jakarta : Rineka cipta

Proverawati,dkk (2010).*ilmu gizi untuk keperawatan dan kesehatan*. Cetakan Pertama.Yogyakarta : Nuha medika

Path.(2005).*gizi dalam kesehatan reproduksi*.cetakan pertama.jakarta:EGC

Riyanto,agus,(2011). *Metodologi penelitian kesehatan*.cetakan keduaYogyakarta : Nuha Medika

Kaustar,(2009).*Pengertianbalita*.[tp://www.scribd.com](http://www.scribd.com)  
PENGERTIAN-ANAK-BALITA. Di peroleh pada tanggal 28 Jun 2009

Kaustar.(2009).*Apakah penyebab  
gizi lebih pada  
anak.*<http://WEB>

[inf.prmob.net/view  
s/ltr/artikel.jspx](http://inf.prmob.net/view<br/>s/ltr/artikel.jspx). di  
peroleh pada  
tanggal 12  
februari 2009

Kaustar.(2009).*sekilas mengenai  
pengertian seputar anak usia dini  
dan hal yang perlu  
kita  
ketahui.*<http://duniaanak.org>.di  
peroleh pada tahun 2009

Saryono.(2004). *Metodologi  
penelitian kesehatan.* cetakan  
keempat. Yogyakarta :  
Mitra cendikia