

**TINJAUAN KASUS DAN AKTIVITAS FISIK ANAK-ANAK DENGAN  
BERAT BADAN BERLEBIH DAN OBESITAS USIA SEKOLAH  
DASAR DI SD N 18 BATANG BARUS KECAMATAN  
GUNUNG TALANG KABUPATEN SOLOK**

**SKRIPSI**

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Olahraga (S.Or)**



Oleh :

**TATA ELWATRA ARIDELSYA**

2016 / 16089102

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2022**

## PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Tinjauan Kasus Dan Aktivitas Fisik Anak-Anak Dengan Berat Badan  
Berlebih dan Obesitas Usia Sekolah Dasar di SD N 18 Batang Barus  
Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok

Nama : Tata Elwatra Aridelsya

NIM : 16089102

Program Studi : Ilmu Keolahragaan


Departemen : Kesehatan dan Rekreasi


Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang


Padang, Juni 2022

### Tim Penguji

1. Ketua : dr. Arif Fadli Muchlis, M.Biomed
2. Anggota : Liza, S.Si., M.Pd
3. Anggota : Yogi Andria, S.Si., M.Or

1.   
\_\_\_\_\_

2.   
\_\_\_\_\_

3.   
\_\_\_\_\_

## PERSETUJUAN SKRIPSI

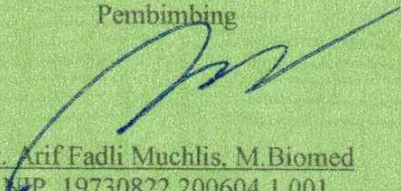
### **Tinjauan Kasus Dan Aktivitas Fisik Anak-Anak Dengan Berat Badan Berlebih dan Obesitas Usia Sekolah Dasar di SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok**

Nama : Tata Elwatra Aridelsya  
NIM : 16089102  
Program Studi : Ilmu Keolahragaan  
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juni 2022


Disetujui Oleh :

Pembimbing

  
dr. Arif Fadli Muchlis, M.Biomed  
NIP. 19730822 200604 1 001

Mengetahui,

Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi

  
Dr. Muhammad Sazek Rifki, S.Si, M.Pd  
NIP. 19790704 200912 1 004

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Kasus Dan Aktivitas Fisik Anak-Anak Dengan Berat Badan Berlebih dan Obesitas Usia Sekolah Dasar di SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok”.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain. Kecuali, secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juni 2022  
Yang Membuat Pernyataan

Tata Elwatra Aridelsya  
NIM. 2016 / 16089102

## ABSTRAK

**Tata Elwatra A (2021).** Tinjauan Kasus Dan Aktivitas Fisik Anak-Anak Dengan Berat Badan Berlebih dan Obesitas Usia Sekolah Dasar di SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok.

Obesitas merupakan salah satu permasalahan kesehatan pada saat ini. Berdasarkan pengamatan awal di SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok, terlihat banyaknya anak-anak yang memiliki bentuk tubuh *endomorph* sehingga diduga terjadi kasus gizi lebih. Masa pandemi mengakibatkan anak-anak sekolah harus belajar dari rumah, sehingga membatasi waktu anak-anak untuk beraktivitas fisik diluar rumah. Tingkat aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang ikut memengaruhi risiko terjadinya obesitas. Permasalahan pada penelitian ini adalah, peneliti ingin mengetahui kasus dan tingkat aktivitas fisik anak sekolah dengan berat badan berlebih dan obesitas di SD N 18 Batang Barus, Kecamatan Gunung Talang, Kabupaten Solok.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV hingga kelas VI, berjumlah 137 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, dan didapatkan sampel berjumlah 29 siswa. Variabel dari penelitian ini adalah tinjauan kasus dan tingkat aktivitas fisik. Teknik analisis data yang digunakan yaitu pengukuran antropometri ( pengukuran tinggi dan berat badan ), serta pengukuran tingkat aktivitas fisik siswa dengan kuisioner *PAQ-C*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, didapatkan 29 sampel. 11 siswa dengan berat badan berlebih dan 18 siswa dengan obesitas. Dalam pengukuran aktivitas fisik melalui kuisioner *PAQ-C* didapatkan 2 siswi (6,90%) dengan kategori rendah, 15 siswa (51,71%) dan 7 siswi (24,14) dengan kategori sedang dan 5 siswa (17,24%) dengan kategori tinggi.

**Kata Kunci : Berat Badan Berlebih, Obesitas, Aktivitas Fisik**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Tinjauan Kasus Dan Aktivitas Fisik Anak-Anak Dengan Berat Badan Berlebih dan Obesitas Usia Sekolah Dasar di SD N 18 Batang Baru Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok”. Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S.Or) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan, Departemen Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

Didalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupaun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Drs. H. Ganefri M.Pd., Ph.D., selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Departemen Kesehatan dan Rekreasi.

3. Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd., selaku Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan berbagai kemudahan sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
4. dr. Arif Fadli Muchlis, M. Biomed. selaku pembimbing dan motivator yang telah membantu dan membimbing peneliti dalam penyelesaian tugas akhir ini.
5. Liza, S.Si., M.Pd serta Yogi Andria, S.Si., M.Or., selaku tim penguji yang telah memberi saran dan masukan untuk menyukseskan penelitian skripsi peneliti.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah membantu penulis dalam hal administrasi terutama dalam hal izin penelitian.
7. Dinas Penanaman Modal Pelayanan Terpadu Satu Pintu Dan Tenaga Kerja Kabupaten Solok yang telah menerbitkan surat izin penelitian.
8. Rosna Erlinda, S.Pd, selaku Kepala Sekolah di SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang yang telah memberikan berbagai kemudahan dalam rangka membantu peneliti sebelum dan sesudah melakukan penelitian.
9. Majelis guru, siswa dan siswi SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang yang telah membantu dengan berpartisipasi dalam penelitian.
10. Perpustakaan Universitas Negeri Padang, Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dan Perpustakaan Umum Daerah Kabupaten Solok.

11. Puskesmas Induk Sirukam dan Puskesmas Pembantu Kenagarian Supayang yang telah membantu peneliti dalam hal alat penunjang penelitian pengukuran antropometri.
12. Teristimewa kepada Syahril. K dan Nurdal Afni, A.Md.Keb, selaku orang tua dari peneliti, serta kepada Yolviatama Aridelsya A.Md.Ft dan Atri Alfurqani Aridelsya selaku kakak dan adik peneliti yang telah banyak memberikan bantuan berupa moril dan materil yang tak terhitung banyaknya.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan setimpal serta mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Juni 2022

Peneliti



## DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SKRIPSI .....	i
PENGESAHAN SKRIPSI .....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	8
D. Perumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. Kajian Teori.....	10
1. Obesitas .....	10
a. Pendahuluan .....	10
b. Definisi .....	11
c. Etiopatogenesis.....	11
d. Penilaian Status Pasien Obesitas .....	12
e. Penyakit Penyerta pada Obesitas.....	15
f. Obesitas pada Anak.....	16
2. Aktivitas Fisik .....	18
a. Pendahuluan .....	18

	b. Definisi.....	19
	c. Tipe-tipe Aktivitas Fisik.....	20
	d. Manfaat Aktivitas Fisik.....	21
	B. Kerangka Konseptual.....	22
	C. Pertanyaan Penelitian.....	23
BAB III	METODE PENELITIAN.....	24
	A. Jenis Penelitian.....	24
	B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
	C. Populasi dan Sampel.....	24
	1. Populasi.....	24
	2. Sampel.....	26
	D. Definisi Operasional.....	28
	E. Jenis dan Sumber Data.....	28
	1. Jenis Data.....	28
	2. Sumber Data.....	28
	F. Teknik Pengumpulan Data.....	29
	G. Teknik Analisis Data.....	29
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
	A. Deskripsi Data Penilaian.....	31
	1. Indeks Massa Tubuh Siswa.....	31
	2. Aktivitas Fisik Siswa.....	34
	B. Pembahasan.....	37
	1. Kategori Status Gizi.....	37
	2. Tingkat Aktivitas Fisik.....	40
BAB V	PENUTUP.....	45
	A. Kesimpulan.....	45
	B. Kritik dan Saran.....	45
	DAFTAR PUSTAKA.....	47
	LAMPIRAN.....	49

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1	Resiko relatif (RR) terjadinya masalah kesehatan yang berhubungan dengan obesitas.....	15
Tabel 2	Jumlah siswa SD N 18 Batang Barus 2020/2021 .....	25
Tabel 3	Kategori ambang batas status gizi anak.....	27
Tabel 4	Rumus Persentase nilai PAQ-C .....	29
Tabel 5	hasil pengukuran dan interpretasi antropometri sampel.....	31
Tabel 6	Hasil penilaian PAQ-C .....	35

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Ilustrasi Keseimbangan Energi.....	11
Gambar 2	Ukuran tubuh anak-anak berdasarkan antropometrinya.....	16
Gambar 3	Grafik prevalensi anak <i>overweight</i> dan obesitas .....	18
Gambar 4	Ilustrasi hubungan olahraga, aktivitas fisik dan gerak .....	20
Gambar 5	Hubungan aktivitas fisik terhadap kesehatan anak-anak obesitas.	23
Gambar 6	Histogram peserta didik dengan berat badan berlebih dan obesitas	34
Gambar 7	Histogram hasil PAQ-C peserta didik.....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	1. Surat izin dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang .....	49
Lampiran	2. Surat izin penelitian dari Dinas PMPTSPdTK .....	50
Lampiran	3. Surat keterangan selesai melaksanakan penelitian .....	51
Lampiran	4. Surat persetujuan orang tua/wali .....	52
Lampiran	5. Kuisisioner <i>PAQ-C</i> .....	53
Lampiran	6. Data pengukuran antropometri dan hasil kuisisioner <i>PAQ-C</i> peserta didik.....	59
Lampiran	7. Standar indeks massa tubuh anak usia 5-18 tahun .....	60
Lampiran	8. Dokumentasi pelaksanaan penelitian .....	74

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Obesitas telah menjadi masalah kesehatan yang epidemi di seluruh dunia. *World Health Organization* (WHO) (2016) mengatakan bahwa lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami berat badan berlebih dan 600 juta orang diantaranya mengalami obesitas. Menurut WHO dalam P2PTM Kemenkes RI (2018) “obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energi (*energy intake*) dengan energi yang digunakan (*energy expenditure*) dalam waktu lama”.

Berdasarkan data WHO pada tahun 2014 lebih dari 41 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami obesitas. Pada 2019, 38,2 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Lebih dari 340 juta anak dan remaja berusia 5-19 tahun mengalami kelebihan berat badan atau obesitas pada tahun 2016. Prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas di kalangan anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun telah meningkat secara dramatis dari hanya 4% pada tahun 1975, menjadi lebih dari 18% pada tahun 2016. Peningkatan ini juga terjadi pada anak laki-laki dan perempuan, pada tahun 2016 18% anak perempuan dan 19% anak laki-laki kelebihan berat badan. Sementara hanya di bawah 1% anak-anak dan remaja usia 5-19 tahun mengalami obesitas pada tahun 1975, lebih dari 124 juta anak dan remaja (6% perempuan dan 8% laki-laki) mengalami obesitas pada tahun 2016. Kelebihan berat badan dan obesitas terkait dengan lebih banyak kematian di seluruh

dunia daripada kekurangan berat badan. Setelah dianggap sebagai masalah negara berpenghasilan tinggi, kelebihan berat badan dan obesitas kini meningkat di negara berpenghasilan rendah dan menengah, terutama di lingkungan perkotaan.

Di Indonesia obesitas juga memiliki angka kejadian yang cukup tinggi. Salah satu faktor terjadinya obesitas adalah masalah gizi dan aktivitas fisik. Selain mengkonsumsi makanan sembarangan atau tidak teratur serta kurang berolahraga dan beraktivitas juga mengenai informasi mengenai gizi dan olahraga yang belum terealisasi secara baik dan merata. Padahal menurut UU No 36 Tahun 2009 Pasal 142 ayat 4 dinyatakan “Pemerintah bertanggung jawab terhadap pendidikan dan informasi yang benar tentang gizi kepada masyarakat”. Dan pada ayat 143 juga di sebutkan bahwa “Pemerintah bertanggung jawab meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya gizi dan pengaruhnya terhadap peningkatan status gizi”.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam P2PTM-Kemenkes (2013) anak yang berusia 5-12 tahun mengalami masalah berat badan berlebih sebesar 18,8% yang terdiri dari kategori gemuk 10,8% dan obesitas sebesar 8,0%. Pada usia 5-12 tahun juga terdapat masalah kekurusan sebesar 11,2 % terdiri dari 7,2% kurus dan 4,0% sangat kurus. Data tersebut menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada anak-anak lebih besar dibandingkan dengan prevalensi kurus di Indonesia. Dalam Rikesdas 2013, Kemenkes merilis prevalensi nasional anak obesitas usia 5-12 tahun untuk *overweight* sebesar 10,8 % dan 8,0 % untuk obesitas. Diantara provinsi yang

berada dibawah prevalensi nasional adalah Sumatera Barat, yaitu diangka 5,4% ditahun 2011 berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat.

Gaga dalam Racmad (2009:10), menjelaskan bahwa

Obesitas adalah peningkatan lemak tubuh (*body fat*). Berbeda dengan *overweight* dan obesitas sentral, *overweight* adalah peningkatan berat badan relatif apabila dibandingkan terhadap standar yang kemudian menjadi istilah yang mewakili “obesitas” baik secara klinis ataupun epidemiologis. Sedangkan obesitas sentral adalah peningkatan lemak tubuh yang lokasinya lebih banyak di daerah abdominal dari pada daerah pinggul, paha atau lengan.

Jadi jika didefinisikan obesitas merupakan suatu kelainan kompleks pengaturan makan dan metabolisme energi yang dikendalikan oleh beberapa faktor biologi. Faktor genetik diketahui sangat berpengaruh bagi perkembangan terjadinya obesitas. Susunan syaraf pusat terutama pusat-pusat di hipotalamus bertanggung jawab melakukan integrasi terhadap faktor-faktor tersebut sehingga keseimbangan berat badan dapat dipertahankan. Obesitas sering di hubungkan dengan Indeks massa Tubuh (IMT) dimana berat badan (kg) dibagi tinggi badan(m<sup>2</sup>), jika  $IMT >+ 2$  maka anak tersebut dapat dikategorikan obesitas.

Fatimah dalam Rachmad (2009:41) juga menjelaskan bahwa kebiasaan makan sejak masa pertumbuhan baik kuantitas, kualitas maupun seringnya frekuensi makan utama dan selingan sehingga secara perlahan-lahan simpanan kelebihan energi berupa jaringan lemak akan menumpuk dalam tubuh. Pengaruh lingkungan dan pergaulan sosial terhadap asupan makanan juga cukup berpengaruh. Seringnya mengkonsumsi makanan tinggi kalori pada



lingkungan sekolah, serta sulitnya mengatur waktu makan juga menjadi kendala anak-anak yang cenderung menjadi obese.

Rachmad (2009:10-18) menyimpulkan pada dasarnya, penyebab terjadinya obesitas itu multifaktoral, seiring waktu berbagai penemuan terbaru yang berkaitan dengan obesitas menyebabkan patogenesis obesitas terus berkembang. Terjadinya obesitas secara umum berkaitan dengan keseimbangan energi didalam tubuh. Keseimbangan energi didalam tubuh dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam tubuh yaitu regulasi fisiologis dan metabolisme serta dari luar tubuh yang berkaitan dengan gaya hidup yang akan mempengaruhi kebiasaan makan dan aktivitas fisik. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa obesitas (peningkatan lemak tubuh)  $\pm 70\%$  dipengaruhi lingkungan dan  $\pm 30\%$  oleh genetik. Faktor-faktor lingkungan meliputi makanan dan aktivitas fisik serta faktor lain berupa obat, racun dan virus. Faktor genetik terjadi apabila adanya mutasi pada multiagen penyebab obesitas, dan sangat jarang berkaitan dengan gen tunggal.

Peningkatan angka kejadian obesitas memiliki dampak pada anak usia sekolah dan berisiko lebih tinggi terkena obesitas pada usia dewasa. Menurut WHO (2016) obesitas pada masa anak-anak dapat meningkatkan risiko kematian dini dan kecacatan pada usia dewasa. Obesitas menjadi faktor risiko utama penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung dan stroke, gangguan muskuloskeletal, beberapa jenis kanker termasuk endometrium, payudara, ovarium, prostat, hati, kantong empedu, ginjal dan kolon. Adapun dampak obesitas menurut *Centers for Disease*

*Control and Prevention* (CDC) (2016) obesitas berat (*morbid obesity*) atau obesitas jangka panjang dapat mengakibatkan kondisi medis yang serius, termasuk penyakit jantung coroner, diabetes mellitus tipe 2, beberapa jenis kanker seperti kanker endometrium, payudara, atau usus besar, hipertensi, kolesterol, gangguan hati, dan sebagainya.

Sejak Desember 2019, muncul pneumonia (radang paru-paru) parah yang berawal dari Cina oleh virus corona jenis baru. Infeksi yang menyebar cepat di seluruh negara ini, dianggap sebagai pandemi tiga bulan kemudian, dengan nama penyakit itu *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19). Tak hanya orang dewasa, tidak jarang anak-anak juga terkena virus tersebut, terutama orang-orang dengan penyakit penyerta seperti ginjal kronis dan penyakit paru-paru, kencing manis, obesitas, anemia, gangguan kekebalan tubuh, kelainan kromosom, penyakit jantung, dan kelainan bawaan akan lebih cenderung memperparah dari COVID-19 (Almeida, dkk, 2020).

Didalam jurnal yang ditulis oleh Almeida, dkk (2020), dijelaskan bahwa:

Obesitas adalah komorbiditas yang sangat lazim pada kasus COVID-19 yang parah pada anak-anak dan remaja; isolasi sosial dapat meningkatkan penumpukan lemak. Berlebihan jaringan adiposa, defisit massa tanpa lemak, resistensi insulin, dislipidemia, hipertensi, kadar tinggi sitokin proinflamasi, dan rendahnya asupan nutrisi penting merupakan faktor yang membahayakan fungsi organ dan sistem pada individu yang mengalami obesitas. Faktor-faktor ini berhubungan dengan kerusakan sistem kekebalan, kardiovaskular, pernapasan, dan kemih, bersama dengan modifikasi dari mikrobiota usus (*disbiosis*). Pada sindrom pernafasan akut parah, coronavirus 2 infeksi, perubahan organik dari obesitas ini dapat meningkatkan kebutuhan akan bantuan ventilasi, risiko tromboemboli, penurunan laju filtrasi glomerulus, perubahan bawaan dan adaptif respon imun, dan respon inflamasi kronis yang berkelanjutan.

Berdasarkan data referensi Kemendikbud, terdapat 4.392 sekolah dasar di Sumatera Barat, sekolah dasar negeri sebanyak 4.046 sekolah dan sekolah dasar swasta 346 sekolah. Salah satu sekolah dasar negeri di Sumatera barat adalah SD N 18 Batang Barus. Dimana SD N 18 terletak di Jalan Raya Solok-Padang km. 24 Kayu Aro, sekolah ini terletak di dataran tinggi dimana udara cukup dingin di malam hari dan sejuk disiang hari. Sekolah ini memiliki satu lapangan yang berada di tengah-tengah sekolah, satu ruang uks, satu ruang kepala sekolah, satu ruang guru, dua toilet, satu gedung perpustakaan, satu musala, dan 11 ruang kelas. Untuk jam pelajaran penjasorkes di laksanakan di jam sekolah, maksudnya jam pelajaran penjasorkes tidak dilakukan setelah pulang sekolah. Dalam pengamatan awal terlihat cukup banyak anak-anak yang memiliki bentuk badan di atas rata-rata atau gemuk. Akan tetapi dalam situasi pandemi covid-19 ini anak-anak diminta belajar dari rumah, dan orangtua diminta kesekolah di hari senin untuk menjemput tugas dan di hari sabtu untuk mengantar tugas yang telah diberikan untuk anak dan menjemput tugas baru untuk sabtu selanjutnya.

Dalam kasus ini peneliti memiliki pertanyaan, bagaimana aktivitas anak-anak *overweight* dan obesitas ketika masa pandemi ini, sedangkan anak-anak yang memiliki ukuran tubuh gemuk seharusnya tetap bergerak dan bermain. Dan apakah orangtua memiliki strategi tertentu dalam menjaga kesehatan anak-anak *overweight* dan obesitas. Berdasarkan pengamatan awal tersebut penulis ingin meninjau aktivitas fisik anak-anak obesitas usia sekolah dasar di SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, terdapat banyak faktor yang dapat diidentifikasi di antaranya sebagai berikut :

1. Obesitas sudah menjadi pandemi di dunia.
2. Obesitas menjadi epidemi di Indonesia.
3. Kebiasaan makan sejak kecil menjadi salah satu faktor meningkatnya berat badan.
4. Anak usia di bawah 5 tahun sudah bisa terkena obesitas.
5. Anak usia 5-12 tahun adalah usia emas anak dimana pertumbuhan dan perkembangan anak sedang berada di fase terbaik.
6. Sumatera barat memiliki prevalensi anak *overweight* dan obesitas dibawah prevalensi nasional..
7. Perlakuan orang tua terhadap anak-anak yang mempengaruhi aktivitas fisik yang dijalani anak saat sepulang sekolah dan saat dirumah(saat pandemi).
8. Gambaran gizi dan gaya hidup anak-anak yang mengalami obesitas dan *overweight*

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, di atas dan karena keterbatasan waktu, tenaga dan biaya, maka penelitian ini hanya dibatasi beberapa masalah yaitu “Menggambarkan tingkat aktivitas fisik pada anak-anak obesitas dan *overweight* SD N 18 Batang Barus”.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas dapat dirumuskan permasalahannya adalah “Bagaimana tingkat aktivitas fisik anak obesitas dan *overweight* di SD N 18 Batang barus Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok ?”.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun penelitian ini bertujuan sebagai berikut antara lain :

1. Untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana Olahraga (S.Or) Departemen Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Mengetahui tingkat aktivitas fisik siswa *overweight* dan obesitas SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok di masa pandemi covid-19 ini.
3. Memberikan informasi kepada orang tua siswa tentang *overweight* dan obesitas SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok.
4. Mengetahui tindakan yang di berikan oleh guru penjasorkes SD N 18 Batang Barus Kecamatan Gunung Talang Kabupaten Solok kepada siswa-siswanya.

## **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari pelaksanaan :

1. Penulis, sebagai syarat dalam menyelesaikan tugas akhir untuk mendapatkan gelar Sarjana Olahraga ( S.Or ) pada Departemen Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru Penjasorkes, sebagai bahan masukan dalam hal modifikasi permainan dalam mata pelajaran penjasorkes terutama bagi anak-anak obesitas. Serta menjadi acuan dalam memberikan materi penjasorkes dan peningkatan kebugaran jasmani anak-anak obesitas.
3. Praktisi olahraga, sebagai acuan dalam membuat program olahraga bagi anak-anak obesitas usia sekolah dasar. Dan diharapkan penelitian dapat dilanjutkan serta dikembangkan menjadi lebih baik lagi.
4. Orang tua / wali murid, memberikan gambaran mengenai tingkat aktivitas fisik anak-anak obesitas dan *overweight*..
5. Perpustakaan dan peneliti berikutnya, mendapatkan referensi dan/atau perbandingan guna penelitian selanjutnya.