

## HUBUNGAN PENGETAHUAN ORANG TUA DENGAN KEADAAN BERAT BADAN BERLEBIH PADA ANAK DI TK ISLAM SANTHOSA KECAMATAN CIRENDEU ILIR KABUPATEN TANGERANG SELATAN TAHUN 2024

### THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL KNOWLEDGE AND OVERWEIGHT IN CHILDREN AT TK ISLAM SANTHOSA CIRENDEU ILIR SUBDISTRICT SOUTH TANGERANG REGENCY IN 2024

Siti Rahmadani<sup>1)</sup>, Vera Suzana Dewi Haris<sup>1\*)</sup>, Vina Dwi Wahyunita<sup>1)</sup>

<sup>1</sup> Poltekkes Kemenkes Jakarta I, Indonesia

ARTICLE INFORMATION	ABSTRACT
Received : 27 Agustus 2025 Revised : 14 Oktober 2025 Accepted : 26 Oktober 2025	Kelebihan berat badan pada anak usia prasekolah merupakan masalah kesehatan yang semakin umum dan dapat berlanjut hingga dewasa, sehingga menimbulkan risiko berbagai penyakit degeneratif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan orang tua dengan kejadian kelebihan berat badan pada anak usia 4–6 tahun di TK Islam Santhosa, Kecamatan Cirendeу Ilir, Kabupaten Tangerang Selatan, tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan desain potong lintang dan melibatkan total populasi 100 anak usia prasekolah di sekolah tersebut. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pengukuran antropometri (berat dan tinggi badan) berdasarkan standar WHO. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan orang tua dengan status gizi anak, terutama pada kasus kelebihan berat badan. Faktor-faktor lain yang berkontribusi seperti konsumsi makanan cepat saji, pola makan, aktivitas fisik, dan pengaruh sosial budaya juga ditemukan berdampak pada status gizi anak. Meningkatkan pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang sangat penting untuk mencegah kelebihan berat badan pada anak dan meningkatkan kualitas hidup jangka panjang mereka.
<b>KEYWORD</b> kelebihan berat badan, anak prasekolah, faktor risiko, pola makan	<i>Overweight in preschool-aged children is an increasingly prevalent health issue and may persist into adulthood, posing a risk for various degenerative diseases. This study aims to determine the relationship between parental knowledge and the incidence of overweight in children aged 4–6 years at TK Islam Santhosa, Cirendeу Ilir Subdistrict, South Tangerang Regency, in 2024. This research employed an analytical method with a cross-sectional design and involved the total population of 100 preschool-aged children at the school. Data were collected through questionnaires and anthropometric measurements (weight and height) based on WHO standards. The results showed a significant relationship between parental knowledge and the nutritional status of children, particularly in cases of overweight. Other contributing factors such as fastfood consumption, dietary patterns, physical activity, and socio-cultural influences were also found to impact children's nutritional status. Enhancing parental knowledge of balanced nutrition is essential to prevent overweight in children and to improve their long-term quality of life.</i>
<b>CORRESPONDING AUTHOR</b> Nama : Vera Suzana Dewi Haris Address : Jalan Wijaya Kusuma RT 09/RW 04 No 48A Pondok Labu. Jakarta Selatan E-mail : vera.harис@poltekkesjakarta1.ac.id No. Tlp : -	

#### PENDAHULUAN

Setiap anak memerlukan penuhan kebutuhan dasar agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Penuhan tersebut sangat dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, khususnya peran seorang ibu yang

memiliki kontribusi besar dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu bentuk pengasuhan ibu yang berperan penting adalah dalam hal pemberian asupan nutrisi yang tepat (Syahailatua & Kartini, 2020; Soetjiningsih, 2004).

Untuk dapat menerapkan pola asuh yang baik, seseorang perlu memahami berbagai aspek pengasuhan, termasuk konsep dan maknanya, pentingnya peran pengasuhan terhadap pemenuhan kebutuhan anak, unsur-unsur yang membentuk pengasuhan, serta dampak yang ditimbulkan dari proses pengasuhan tersebut (Lanjekar *et al.*, 2022). Mengingat jumlah balita di Indonesia mencapai sekitar 10 persen dari total populasi, maka sebagai calon penerus bangsa, kualitas tumbuh kembang mereka perlu mendapatkan perhatian yang serius. Upaya tersebut mencakup pemenuhan gizi yang optimal, pemberian stimulasi yang cukup, serta akses terhadap layanan kesehatan yang bermutu, termasuk deteksi dan penanganan dini terhadap gangguan pertumbuhan dan perkembangan (Kemenkes RI, 2018).

Pertumbuhan kemampuan kognitif pada bayi dan anak sangat dipengaruhi oleh kecukupan asupan gizi. Anak yang mengalami kekurangan nutrisi berpotensi lebih besar mengalami hambatan dalam perkembangan kemampuan berpikirnya. Pemberian suplemen zat besi serta beberapa mikronutrien terbukti dapat membantu meningkatkan fungsi kognitif pada anak prasekolah yang mengalami kekurangan gizi (Roberts *et al.*, 2022). Makanan memegang peranan penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak, karena kebutuhan nutrisinya berbeda dengan orang dewasa. Pemenuhan gizi yang optimal sangat dibutuhkan terutama pada masa bayi dan prasekolah, saat laju pertumbuhan dan perkembangan berlangsung dengan cepat. Nutrisi berperan penting dalam mendukung perkembangan fisik maupun mental anak. Kekurangan asupan energi dalam jangka waktu lama dapat mengakibatkan masalah gizi seperti kekurangan energi dan protein (Kencono Jati & Susila Nindya, 2017).

Meskipun demikian, tidak semua anak memperoleh asupan gizi yang seimbang, sehingga menimbulkan perbedaan status gizi antar anak. Kondisi gizi pada anak dapat beragam, mulai dari gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, hingga kelebihan berat badan. Pemberian makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh akan mendukung tercapainya status gizi yang optimal, sedangkan

ketidakseimbangan dalam asupan nutrisi dapat mengakibatkan masalah seperti gizi kurang ataupun kelebihan berat badan. Kekurangan asupan energi dalam jangka waktu yang lama dapat mengakibatkan terjadinya kondisi gizi kurang (Ahmadi *et al.*, 2014).

Jika kondisi tersebut terus berlanjut, dapat menimbulkan kekurangan energi dan protein. Energi diperoleh dari makanan yang mengandung karbohidrat, protein, serta lemak. Anak dengan berat badan di bawah normal umumnya memiliki asupan energi dan protein yang rendah. Oleh karena itu, peran ibu atau pengasuh sangat penting dalam memastikan anak mendapatkan asupan energi dan protein yang sesuai. Dengan pemenuhan gizi yang tepat, anak diharapkan dapat tumbuh dan berkembang secara optimal serta menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Item, Dien R dan Mangalik, 2024).

Penilaian status gizi anak dilakukan dengan membandingkan berat badan terhadap tinggi badan. Berdasarkan standar deviasi (SD), klasifikasi gizi dibedakan menjadi empat kategori, yaitu gizi buruk ( $< -3$  SD), gizi kurang ( $-3$  SD hingga  $< -2$  SD), gizi baik ( $-2$  SD hingga  $2$  SD), serta kelebihan berat badan ( $> 2$  SD) (Menkes, 2020). Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa 11,7% siswa sekolah dasar memiliki status gizi overweight dan obesitas. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kondisi tersebut dengan faktor usia, jenis kelamin, kecukupan asupan protein dan lemak, total asupan asam lemak jenuh (SAFA), serta jumlah konsumsi protein hewani, nabati, dan sukrosa (Hikmah, 2021). Pola makan yang kurang sehat, khususnya kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dan minuman manis, menjadi salah satu faktor utama yang berperan dalam meningkatnya kasus obesitas pada anak usia sekolah dasar. Anak-anak yang sering mengonsumsi makanan tinggi kalori namun rendah serat lebih berisiko mengalami penimbunan lemak dalam tubuh, yang pada akhirnya dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan mereka di kemudian hari (Eni R, 2024).

Studi pendahuluan di TK Islam Santhosa menunjukkan adanya kasus kelebihan berat badan pada anak prasekolah. Penelitian ini

bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kelebihan berat badan pada anak prasekolah usia 4-6 tahun di TK Islam Santosa Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan pada tahun 2024.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan desain penelitian cross-sectional. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kelebihan berat badan pada anak prasekolah usia 4-6 tahun di TK Islam Santhosa Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan pada tahun 2024.

Penelitian ini meneliti lima variabel independen, yaitu sosial budaya, makanan siap saji, pengetahuan orang tua, pola makan, dan aktivitas fisik. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kelebihan berat badan.

Subjek penelitian adalah anak-anak usia 4-6 tahun yang bersekolah di TK Islam Santhosa Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan pada tahun 2024. Data yang diambil dalam penelitian ini adalah data primer. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total populasi.

## HASIL

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 100 anak prasekolah usia 4-6 tahun di TK Islam Santhosa Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan, 52% mengalami kelebihan berat badan dan 48% memiliki gizi normal. Analisis bivariat menunjukkan beberapa hubungan signifikan antara faktor-faktor yang diteliti dengan kejadian kelebihan berat badan.

Tabel 1. Distribusi frekuensi kelebihan berat badan pada anak usia 4-6 tahun di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

No	Kelebihan berat badan	Jumlah	Persentase
1	Kelebihan berat badan	52	52%
2	Gizi normal	48	48%
	Jumlah	100	100%

Tabel 1 diketahui bahwa terdapat 52 % anak yang mengalami kelebihan berat badan dan terdapat 48% anak yang tidak mengalami kelebihan berat badan. sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan Tingkat pengetahuan dan sikap antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan intervensi.

Tabel 2. Distribusi frekuensi sosial budaya pada anak usia 4-6 tahun di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024.

No	Sosial Budaya	Jumlah	Persentase
1	Tidak Ada Pengaruh	54	54%
2	Ada Pengaruh	46	46%
	Jumlah	100	100%

Tabel 2 diketahui bahwa terdapat 54% anak usia 4-6 tahun yang tidak ada pengaruh dari sosial budaya dan terdapat 46% anak usia 4-6 tahun yang ada pengaruh dari sosial budaya.

Tabel 3. Distribusi frekuensi aktivitas anak pada anak usia 4-6 tahun di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

No	Aktivitas Fisik	Jumlah	Persentase
1	Ringan	58	58%
2	Berat	42	42%
	Jumlah	100	100%

Tabel 3 diketahui bahwa terdapat 58% anak usia 4-6 tahun yang melakukan aktivitas fisik ringan dan terdapat 42% anak usia 4-6 tahun yang melakukan aktivitas fisik berat.

Tabel 4. Distribusi frekuensi makanan siap saji pada anak usia 4-6 tahun di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

No	Makanan Siap Saji	Jumlah	Persentase
1	Sering	68	58%
2	Tidak Sering	32	42%
	Jumlah	100	100%

Tabel 4 diketahui bahwa terdapat 68% anak usia 4-6 tahun yang frekuensi makan makanan siap saji dengan sering dan terdapat 32% anak usia 4-6 tahun yang frekuensi makan makanan siap saji dengan tidak sering.

Tabel 5. Distribusi frekuensi pola makan pada anak usia 4-6 tahun di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

No	Pola Makan	Jumlah	Persentase
1	Cukup	64	64%
2	Kurang	36	36%
	Jumlah	100	100%

Tabel 5 diketahui bahwa terdapat 64% anak usia 4-6 tahun yang frekuensi pola

Tabel 7. Hubungan antara Sosial Budaya dengan Kelebihan berat badan Pada Anakdi TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

Sosial Budaya	Kelebihan berat badan						P Value	OR 95% CI
	Kelebihan berat badan	%	Gizi normal	%	$\Sigma$	%		
Tidak Ada Pengaruh	28	51,9	26	48,1	54	100		0,987
Ada Pengaruh	24	52,2	22	47,8	46	100	1.000	(0,449-2,169)
Jumlah	52	52	48	48	100	100		

Tabel 7. Hasil penelitian didapatkan bahwa diantara 54 anak yang tidak ada pengaruh sosial budaya terdapat 28 anak (51.9%) yang mengalami kelebihan berat badan. Sedangkan dari 46 anak yang ada pengaruh sosial budaya sebanyak 24 anak

makannya yang cukup dan terdapat 36% anak usia 4-6 tahun yang pola makannya kurang.

Tabel 6. Distribusi frekuensi pengetahuan orangtua pada anak usia 4-6 tahun di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

No	Pengetahuan	Jumlah	Persentase
1	Kurang Baik	58	58%
2	Baik	42	42%
	Jumlah	100	100%

Tabel 6 diketahui bahwa terdapat 58% ibu yang memiliki anak usia 4-6 tahun dengan pengetahuan kurang dan terdapat 42% ibu yang memiliki anak usia 4-6 tahun dengan pengetahuan baik.

Tabel 7. Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Kelebihan berat badan Pada Anak di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

Aktivitas Fisik	Kelebihan berat badan						P Value	OR 95% CI
	Kelebihan berat badan	%	Gizi normal	%	$\Sigma$	%		
Ringan	37	63,8	21	36,2	58	100		3.171
Berat	15	35,7	27	64,3	42	100	0.010	(1.386-7.257)
Jumlah	52	52	48	48	100	100		

Tabel 8. Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 58 anak yang melakukan aktivitas ringan terdapat 37 anak (63,8%) yang

(52,2%) yang mengalami kelebihan berat badan. Dengan Kelebihan berat badan Pada Anak di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

Tabel 8 Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Kelebihan berat badan Pada Anak di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeue Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

Aktivitas Fisik	Kelebihan berat badan						P Value	OR 95% CI
	Kelebihan berat badan	%	Gizi normal	%	$\Sigma$	%		
Ringan	37	63,8	21	36,2	58	100		3.171
Berat	15	35,7	27	64,3	42	100	0.010	(1.386-7.257)
Jumlah	52	52	48	48	100	100		

Tabel 8. Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 58 anak yang melakukan aktivitas ringan terdapat 37 anak (63,8%) yang

mengalami kelebihan berat badan. Sedangkan dari 42 anak yang melakukan aktivitas berat

terdapat 15 anak (35,7%) yang mengalami kelebihan berat badan.

Tabel 9. Hubungan antara Makanan Siap Saji dengan Kelebihan berat badan Pada Anak di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeу Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

<b>Makanan Siap Saji</b>	<b>Status Gizi</b>				<b><math>\Sigma</math></b>	<b>%</b>	<b>P Value</b>	<b>OR 95% CI</b>
	<b>Kelebihan berat badan</b>	<b>%</b>	<b>Gizi normal</b>	<b>%</b>				
Sering	45	66,2	23	33,8	68	100		6.988
Tidak Sering	7	21,9	25	78,1	32	100	0,000	(2.630-18.565)
Jumlah	52	52	48	48	100	100		

Tabel 9. Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 68 anak yang sering mengkonsumsi makanan siap saji terdapat 45 anak (66,2%) yang mengalami kelebihan berat badan.

Sedangkan dari 32 anak yang tidak sering mengkonsumsi makanan siap saji terdapat 7 anak (21,9%) yang mengalami kelebihan berat badan

Tabel 10 Hubungan antara Pola Makan dengan Kelebihan berat badan Pada Anak di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeу Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

<b>Pola Makan</b>	<b>Kelebihan berat badan</b>				<b><math>\Sigma</math></b>	<b>%</b>	<b>P Value</b>	<b>OR 95% CI</b>
	<b>Kelebihan berat badan</b>	<b>%</b>	<b>Gizi normal</b>	<b>%</b>				
Cukup	38	59,4	26	40,6	64	100		2.297
Kurang	14	38,9	22	61,1	36	100	0,078	(0.996-5,295)
Jumlah	52	52	48	48	100	100		

Tabel 10. Hasil penelitian didapatkan bahwa diantara 64 anak yang mendapatkan

pola makan cukup terdapat 38 anak (59,4%) yang mengalami kelebihan berat badan.

Tabel 11 Hubungan antara Pengetahuan Orang Tua dengan Kelebihan berat badan Pada Anak di TK Islam Santhosa Kecamatan Cirendeу Ilir Kabupaten Tangerang Selatan Tahun 2024

<b>Pengetahuan Orang Tua</b>	<b>Kelebihan berat badan</b>				<b><math>\Sigma</math></b>	<b>%</b>	<b>P Value</b>	<b>OR 95% CI</b>
	<b>Kelebihan berat badan</b>	<b>%</b>	<b>Gizi normal</b>	<b>%</b>				
Kurang Baik	49	84,5	9	15,5	58	100		70.778
Baik	3	7,1	39	92,9	42	100	0,000	(17.937-279.279)
Jumlah	52	52	48	48	100	100		

Tabel 11. Hasil penelitian didapatkan bahwa diantara 58 responden yang memiliki pengetahuan kurang baik terdapat 49 responden (84,5%) yang mengalami anak kelebihan berat badan. Sedangkan dari sisanya sebanyak 42 responden yang memiliki pengetahuan baik terdapat 3 responden

(59,5%) yang memiliki anak kelebihan berat badan.

## PEMBAHASAN

Sosial Budaya tidak terdapat hubungan signifikan antara faktor sosial budaya dengan kejadian kelebihan berat badan pada anak, namun, hasil penelitian ini berbeda dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang cukup nyata dalam hubungan antara perilaku makan orang tua dengan kejadian kelebihan berat badan dan obesitas pada anak berdasarkan wilayah tempat tinggal. Di daerah pedesaan, korelasi antara konsumsi makanan pokok oleh orang tua dengan kelebihan berat badan dan obesitas anak ditemukan lebih kuat dibandingkan dengan di wilayah perkotaan, tanpa memandang besar kecilnya koefisien korelasi maupun jenis makanan yang dikonsumsi. Pada masyarakat perkotaan. Secara keseluruhan, hubungan antara pola makan orang tua dengan kelebihan berat badan dan obesitas anak lebih kuat di wilayah pedesaan dibandingkan dengan perkotaan. Namun, konsumsi telur dan minuman menunjukkan korelasi signifikan hanya di daerah perkotaan, dan pola hubungan tersebut berbeda-beda antar wilayah, menandakan bahwa pengaruh perilaku makan ayah dan ibu terhadap status gizi anak tidak bersifat seragam (Tang & Bu, 2020).

Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan orang tua dan status gizi anak, meskipun hubungan tersebut bervariasi menurut usia dan wilayah tempat tinggal anak. Beberapa jenis makanan berdampak positif terhadap status gizi, sementara yang lain justru berdampak negatif. Karena itu, orang tua perlu menyesuaikan pola makan yang dicontohkan kepada anak sesuai dengan karakteristik dan usianya. Perubahan paling menonjol terlihat pada hubungan antara konsumsi camilan orang tua dengan kejadian kelebihan berat badan dan obesitas pada anak. Selain itu, sebagian orang tua (13,9%) berupaya mengatur pola makan dan aktivitas fisik anaknya, misalnya dengan mengajak berolahraga, sebagai langkah untuk menurunkan berat badan anak yang berlebih (Made et al., 2002). Anak dengan aktivitas fisik ringan memiliki peluang 3,171 kali lebih besar mengalami kelebihan berat badan dibandingkan dengan aktivitas fisik berat. Hal

ini menekankan pentingnya aktivitas fisik yang cukup untuk menjaga berat badan yang sehat. Kurangnya aktivitas fisik membuat anak lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain komputer dan game, yang pada akhirnya menyebabkan penumpukan lemak dalam tubuh (Junaidi dan Noviyanda, 2016).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan yang tidak baik meningkatkan risiko kelebihan berat badan sebesar 11,059 kali dibandingkan pola makan yang baik. Hal ini mengkonfirmasi bahwa pola makan yang sehat dan seimbang adalah kunci dalam pencegahan kelebihan berat badan. Hal tersebut bersinergi dengan hasil penelitian Indraguna bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat konsumsi makanan cepat saji dan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (Indraguna. Khansa Cantika dkk, 2024), serta bersinergi dengan hasil penelitian terhadap 106 anak sekolah bahwa sebanyak 21,7% anak mengonsumsi makanan cepat saji setiap hari, sedangkan 40,6% mengonsumsinya 2–3 kali per minggu menyebabkan terjadinya obesitas. Jenis makanan cepat saji yang paling sering dikonsumsi adalah kue, mi, dan pastry (76,4%), diikuti cokelat/es krim (67,9%) dan keripik (67%). Sekitar 36,8% anak menjadikan makanan cepat saji sebagai bekal makan siang atau camilan malam.

Hasil penelitian menegaskan bahwa konsumsi makanan siap saji yang sering meningkatkan peluang kelebihan berat badan 6,988 kali dibandingkan dengan anak yang jarang konsumsi seperti konsumsi junk food, kebiasaan konsumsi makanan cepat saji tinggi pada anak berisiko menyebabkan obesitas dan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan di masa dewasa (Atiya *et al.*, 2020). Konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan memang menjadi salah satu penyebab obesitas. Namun, faktor lain yang turut berperan terjadinya kelebihan berat badan yaitu kurangnya aktivitas fisik. Beberapa anak yang jarang mengonsumsi fast food tetap mengalami obesitas karena kebiasaan pasif, seperti terlalu banyak waktu di depan komputer atau bermain game, yang menyebabkan penumpukan lemak dalam tubuh (Junaidi dan Noviyanda, 2016).

Obesitas pada anak dan remaja dapat dipicu oleh gaya hidup modern, terutama kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji yang tinggi lemak dan kalori tetapi rendah serat, vitamin, serta mineral. Jenis makanan seperti hamburger, pizza, dan kentang goreng termasuk dalam kategori tersebut. Selain itu, konsumsi junk food dan minuman bersoda yang tinggi kalori namun minim nilai gizi juga berkontribusi terhadap peningkatan risiko obesitas. Dengan demikian, perubahan pola makan menuju peningkatan konsumsi makanan padat kalori dan berkurangnya makanan rendah kalori dapat menimbulkan dampak negatif bagi Kesehatan (Pamelia, 2018; Faizi, 2017).

Hasil penelitian didapat bahwa orang tua dengan pengetahuan gizi kurang baik memiliki peluang 70,778 kali lebih besar memiliki anak dengan kelebihan berat badan dibandingkan dengan orang tua yang berpengetahuan baik. Pengetahuan gizi orang tua memegang peranan penting dalam membentuk pola makan dan gaya hidup anak. Peran orang tua sangat penting dalam mencegah obesitas pada anak. Oleh karena itu, mereka perlu mendapatkan edukasi dari ahli gizi tentang pola makan sehat rendah lemak dan tinggi sayur serta buah. Banyak orang tua masih beranggapan bahwa anak gemuk berarti sehat, terbukti dari sebagian besar tidak mengurangi porsi makan (88,3%) maupun uang jajan anak (83,72%) (Made *et al.*, 2002).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai sosial budaya, aktivitas fisik, makanan siap saji, pola makan dan pengetahuan orang tua terhadap status kelebihan berat badan pada anak usia 4-6 tahun pada tahun 2024, dapat disimpulkan sebagai berikut. Tidak ada hubungan yang signifikan antara sosial budaya dengan kelebihan berat badan pada anak ( $p$ -value = 1.000). Ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kelebihan berat badan ( $p$ -value = 0.010). Anak yang kurang melakukan aktivitas fisik memiliki peluang 3.171 kali lebih besar untuk mengalami kelebihan berat badan dibandingkan dengan anak yang aktif.

Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan siap saji dengan kelebihan berat badan ( $p$ -value = 0,000). Anak yang sering mengonsumsi makanan siap saji memiliki peluang 6.988 kali lebih besar untuk mengalami kelebihan berat badan dibandingkan dengan yang jarang mengonsumsi. Ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kelebihan berat badan ( $p$ -value = 0,000). Anak dengan pola makan tidak baik memiliki peluang 11.059 kali lebih besar untuk mengalami kelebihan berat badan dibandingkan dengan anak yang pola makannya baik serta ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan orang tua tentang gizi dengan kelebihan berat badan pada anak ( $p$ -value=0,000). Orang tua dengan pengetahuan gizi kurang baik memiliki peluang 70.778 kali lebih besar untuk memiliki anak dengan kelebihan berat badan dibandingkan orang tua dengan pengetahuan gizi baik. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menyoroti pentingnya aktivitas fisik, pola makan, konsumsi makanan siap saji, dan pengetahuan orang tua dalam mempengaruhi kejadian kelebihan berat badan pada anak prasekolah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Sekolah TK Islam Santhosa dan seluruh pihak yang telah memberikan kontribusi besar dalam penyelesaian penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A., Mosallaei, Z., Moazen, M., Mohammadbeigi, A., & Amin-Lari, F. (2014). Nutrient intake and growth indices for children at Kindergartens in Shiraz, Iran. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 64(3), 316–321.
- Atiya, N., Hasin, C. T., Huq, A. O., Ahmed, E., Mamun, S., & Zaher, M. A. (2020). Fast Food Consumption Patterns and Childhood Overweight/Obesity in Dhaka City, Bangladesh. *Bangladesh Journal of Nutrition*, 33(1), 21–27. <https://doi.org/10.3329/bjnut.v33i1.69977>

- Eni R. (2024). *Pengaruh Pola Makan terhadap resiko Obesitas pada Anak Sekolah Dasar* (pp. 7–12). VAKSIN: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran.
- Faizi, N. et all. (2017). Adverse eating behavior and its association with obesity in Indian adolescents: Evidence from a nonmetropolitan city in India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(2), 169–170.  
<https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc>
- Hikmah, A. N. dan S. R. A. D. (2021). *Hubungan Asupan Karbohidrat dan SAFA dengan Overweight Siswa Sekolah Dasar* (pp. 390–401). Jurnal kesehatan.
- Indraguna. Khansa Cantika dkk. (2024). *The Relationship Between Levels of Junk Food Consumption and Obesity in School-Aged Children* (pp. 191–196). Jurnal Keperawatan Florence Nightingale.
- Item, Dien R dan Mangalik, G. (2024). Pola Asuh Orang Tua dan Tumbuh Kembang Balita. *Jurnal Keperawatan*, 17(1), 153–164.  
<https://doi.org/10.32583/keperawatan.v13i2.1199>
- Junaidi dan Noviyanda. (2016). *Kebiasaan Konsumsi Fast Food terhadap Obesitas pada Anak Sekolah Dasar Banda Aceh* (pp. 78–82). Jurnal AcTion.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementerian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kencono Jati, D., & Susila Nindya, T. (2017). Asupan Energi dan Protein Berhubungan dengan Gizi Kurang pada Anak Usia 6-24 Bulan Intake of Energy and Protein Related to Malnutrition in Children 6-24 Months. *Amerta Nutrition*, 1(2), 124–132.  
<https://doi.org/10.20473/amnt.v1.i2.2017.124-132>
- Lanjekar, P. D., Joshi, S. H., Lanjekar, P. D., & Wagh, V. (2022). The Effect of Parenting and the Parent-Child Relationship on a Child's Cognitive Development: A Literature Review. *Cureus*, 14(10).  
<https://doi.org/10.7759/cureus.30574>
- Made, N., Meilasanti, Y., Kayanaya, A. A. G. R., & Mataram, I. K. A. (2002). *Fisik dan peran serta orang tua pada anak obesitas di SD*. 8(1), 1–7.
- Menkes. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 2 Tahun 2020*. 2(3), 1–9.
- Pamelia, I. (2018). Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja Dan Dampaknya Bagi Kesehatan. *Ikesma*, 14(2), 144.  
<https://doi.org/10.19184/ikesma.v14i2.10459>
- Roberts, M., Tolar-Peterson, T., Reynolds, A., Wall, C., Reeder, N., & Rico Mendez, G. (2022). The Effects of Nutritional Interventions on the Cognitive Development of Preschool-Age Children: A Systematic Review. *Nutrients*, 14(3), 1–15. <https://doi.org/10.3390/nu14030532>
- Soetjiningsih. (2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto.
- Syahailatua, J., & Kartini, K. (2020). Pengetahuan ibu tentang tumbuh kembang berhubungan dengan perkembangan anak usia 1-3 tahun. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(2), 77–83.  
<https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2020.v3.77-83>
- Tang, D., & Bu, T. (2020). *Are parental dietary patterns associated with children's overweight and obesity in China?* 1–11.