An Nisa'
Jurnal Studi Gender dan Anak
2019, Vol. 12, No. 1, 622–628

Terbit di http://jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/annisa *Artikel Penelitian*

Anak OBESE Berprestasi
(*Studi Kasus di Kelompok A TK Islam Al Azhar 17 Bintaro Tangerang Selatan*)

Dinda Nurul Inayati [1] *

[1] Universitas Negeri Jakarta

ARTICLE INFO

ARTICLE HISTORY

Received: 09 Okt. 2019
Revised: 09 Okt. 2019
Accepted: 09 Okt. 2019

KEYWORDS

anak OBESE; TK; islam; *OBESE children*

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perkembangan ilmu pengetahuan, perkembangan, dan pendidikan anak usia dini yang terus berubah dan berkembang terutama dalam hal kesehatan dan peningkatan prestasi. Selain itu, peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi sebuah referensi dan pembangkit minat peneliti lain untuk mengembangkan sebuah penelitian mengenai masalah kesehatan dan peningkatan prestasi, terutama pada anak yang mengalami obesitas. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan orang tua kepada anak obese yaitu dengan memberikan motivasi dan menumbuhkan rasa percaya diri, mendukung sepenuhnya keinginan dan minat anak termasuk biaya yang disiapkan orang tua untuk mendukung anak dalam meraih prestasi. memberikan hadiah untuk menyemangati anak, dan memberikan kenyamanan kepada anak obese melalui ciuman dan pelukan kasih sayang.

This study aims to determine the development of science, development, and early childhood education that is constantly changing and developing, especially in terms of health and performance improvement. In addition, the researchers hope that this research can be a reference and generator of interest for other researchers to develop a study of health problems and achievement improvement, especially in children who are obese. The results showed that the support given by parents to obese children is to provide motivation and foster self-confidence, fully support the desires and interests of children, including the costs prepared by parents to support children in achieving achievement. give gifts to encourage children, and provide comfort to obese children through kisses and hugs of affection.

CONTACT: Dinda Nurul Inayati ✉ dindanm@gmail.com Universitas Negeri Jakarta

p-ISSN: 1979-2751; e-ISSN: 2685-5712 /Copyright © 2019 AN-NISA

1. PENDAHULUAN

Kini Obesitas merupakan salah satu masalah yang muncul tidak hanya pada orang dewasa namun juga pada pada anak – anak . Obesitas adalah istilah medis yang digunakan untuk suatu keadaan dimana terjadi kelebihan berat badan karena timbunan jaringan lemak yang tidak normal.[2] Obesitas pada anak kini sudah menjadi masalah kesehatan beberapa dekade terakhir. Semakin lama prevalensi obesitas terus meningkat baik di negara maju maupun di negara berkembang. WHO menyatakan obesitas memang merupakan suatu masalah yang sering dijumpai terutama di negara maju.[3]

Berkembangnya gaya hidup modern yang memudahkan mengakses makanan berkalori tinggi memicu munculnya obesitas pada anak. Di tambah dengan perkembangan teknologi sebagai penggunaan media elektronik seperti *gadget* , komputer maupun televisi memberi dampak berkurangnya aktifitas fisik yang mengurangi keluarnya energi pada anak. Menurut ahli gizi dr. Titi Sekarindah, MS, ini sebenarnya yang harus dihindari. Orangtua sebaiknya waspada bila anaknya tak banyak bergerak, suka ngemil makanan yang manis, berlemak, dan berkalori tinggi, tetapi si anak sendiri kurang gerak.[4]

Mengalami obesitas tak hanya berdampak pada perubahan fisik saja, tak jarang anak yang mengalami obesitas merasakan gangguan psikososial. Sering kali terjadi pada anak obesitas yang pada akhirnya menjadi korban sosial karena di *bully* oleh temannya dan membuat anak menarik diri dari lingkungan sekitarnya. Menurut Allan L. Beane, bullying adalah bentuk perilaku terang-terangan dan agresif yang disengaja, menyakitkan secara fisik atau psikis, atau keduanya, dan terus menerus.[5] Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Riza dkk yang dilakukan di Solo dengan menggunakan kuesioner *pediatric symptom checklist* (PSC)-35 didapatkan prevalensi gangguan psikososial pada anak obes 11,6%. Penelitian tersebut menyatakan bahwa anak obes lebih banyak mengalami masalah psikososial dibandingkan anak status gizi normal.[6] Hal ini memberikan kecemasan kepada orang tua yang memiliki anak obesitas. Bagaimanapun setiap orang tua tidak menginginkan anak nya mengalami *bullying* di lingkungan sekitar anak.

Setiap anak memiliki kesempatan untuk berkembang dan meningkatkan kemampuan yang dimilikinya. Segala upaya dilakukan seorang anak untuk menunjukan dirinya dengan memperoleh prestasi. DeCecco & Crawford menjelaskan bahwa prestasi adalah harapan menemukan kepuasan dalam menguasai pertunjukkan menantang dan sulit.[7] Prestasi merupakan hasil nyata dari puncak pengembangan potensi diri. Prestasi dapat di raih oleh siapa saja dan dengan kemampuan yang berbeda-beda pada anak bahkan tak jarang dari anak yang mengalami obesitas banyak yang meraih prestasi.

---

[2] Rita Ramayulis,*Atasi Obesitas Pada Anak Dengan Diet Rest ala Rita Ramayulis* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama,2016)h.7

[3] Sam Suridjal Djauzi, *Panduan Hidup Sehat Dari soal Alergi Sampai Gemuk* (Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara, 2005)h.201

[4] Chris Veriansyah, *Kasih Yang Menyembuhkan-Peran Keluarga Dalam Menangani Kesehatan* (Jakarta: PT.Kompas Media Nusantara, 2007),h.150

[5] Allan L. Beane,PH. D, *Bullying Preventon for Schools: a step-by-step guide to implementing the bully free program*(San Fransisco:Jossey-Bass,2009),h.1

[6] Endah Pujiastuti, Eddy Fadlyana, Herry Garna. *Perbandingan Masalah Psikososial pada Remaja Obes dan Gizi Normal Menggunakan Pediatric Symptom Checklist (PSC)-17* https://saripediatri.org/index.php/sari-pediatri/article/view/248/194 (Di akses 10 juni 2017)

[7] Jhon P. De Ceceo, and William R.Crawford. *The Psychology of Learning and Instruction. Editional Psychology*.(New Jersey:Prentice-Hall,Inc. EnglewoodCliffs,1974) h. 34

Berdasarkan observasi awal, di TK Islam Al Azhar 17 Bintaro, yang berada di Kota Tangerang tepatnya di wilayah Tangerang Selatan. Dengan lingkungan yang berada di dekat perumahan berkembang dan beberapa pusat perbelanjaan dengan tingkat perekonomian rata-rata orang tua yang menyekolahkan anaknya di sekolah ini adalah menengah ke atas, serta perilaku konsumtif yang terlihat dari orang tua dan anak, peneliti melihat besarnya fenomena obesitas yang dialami anak – anak usia 4-6 tahun di kelompok A TK Islam Al Azhar 17 Bintaro.

Selanjutnya peneliti melihat ada beberapa kegiatan non akademik yang dilakukan di sekolah ini. Beberapa kegiatan pengembangan di bidang non akademik ini dilakukan untuk mengembangkan bakat dan keterampilan anak yang ada di TK Islam Al Azhar 17 Bintaro. Kegiatan pengembangan yang dilakukan diataranya ekskul drumband, menari, futsal, renang, melukis, dan Iqro. Kegiatan pengembangan yang dilakukan di sekolah ini telah mendapat hasil yang baik. Hasil tersebut terlihat dengan banyaknya prestasi yang di dapatkan dari setiap bidang ekskul yang dilaksanakan. Dari prestasi yang di dapat banyak diantaranya yang di dapatkan oleh anak yang mengalami *obese* di TK Islam Al Azhar 17 Bintaro.

Obesitas yang terjadi pada anak menjadi suatu hal penting yang harus orang tua perhatikan. Obesitas tidak hanya memberikan dampak pada perubahan fisik namun juga pada perkembangan yang lain seperti kemampuan sosial anak.

Kegiatan pengembangan diri di bidang non akademik untuk mengasah keterampilan dan bakat anak sangat dibutuhkan terutama sejak usia dini. Anak membutuhkan pengakuan atas dirinya dengan melakukan berbagai macam usaha untuk mendapatkan hasil. Hasil pencapaian tersebut dapat berupa prestasi. Prestasi merupakan hal yang penting yang dibutuhkan anak, dengan prestasi anak dapat meningkatkan rasa percaya diri. Dari uraian diatas, dapat diindentifikasi fokus penelitian yaitu anak *obese* berprestasi di Kelompok A TK Islam Al Azhar 17 Bintaro.

Berdasarkan latar belakang, fokus dan sub fokus di atas, inti permasalahan dari penelitian ini menekankan pada Anak *Obese* yang Berprestasi, sehingga dapat dirumuskan permasalannya sebagai berikut: 1) Apa bentuk prestasi yang dimiliki anak *obese* di Kelompok A TK Islam Al Azhar 17 Bintaro?; 2) Mengapa anak *obese* bisa berprestasi di Kelompok A TK Islam Al Azhar 17 Bintaro?; 3) Bagaimana asupan gizi anak *obese* yang berprestasi di Kelompok A TK Islam Al Azhar 17 Bintaro?; 4) Bagaimana proses anak *obese* dapat berprestasi di Kelompok A TK Islam Al Azhar 17 Bintaro?; dan 5) Faktor pendukung dan penghambat apa saja yang mempengaruhi anak *obese* dapat berprestasi di Kelompok A TK Islam Al Azhar 17 Bintaro?.

2. HASIL DAN PEMBAHASAN

2.1 Proses Anak OBESE dapat Berprestasi

Proses Penyelesaian

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada kepala sekolah dan guru, sebelum anak *obese* mengikuti lomba sekolah melakukan proses penyeleksian anak yang nantinya dipilih untuk mewakili sekolah (CLW 1.K7). proses penyeleksian ini berguna untuk memberikan kesempatan yang sama kepada seluruh murid untuk mengikuti lomba sesuai denan kemampuannya. Dari hasil preses penyeleksian, murid yang terpilih mewakili sekolah selanjutnya akan mendapat pendampingan tambahan dari guru yang bertanggung jawab (CLW 3.K7).

Latihan Tambahan yang Diberikan Kepada Anak

Latihan tambahan dilakukan untuk mengasah lebih mendalam kemampuan dan rasa percaya diri yang dimiliki anak. Latihan tambahan ini dilakukan sebagai bekal anak sebelum menghadapi perlombaan. Latihan tambahan ini dilakakukan baik di sekolah maupun di rumah.

Gambar 1. Guru Melatih Angklung dengan Cara yang Menyenangkan

Peran orang tua dan guru sangat berpengaruh pada tingkat pencapaian hasil yang akan di dapat. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, orang tua berusaha menjalin komunikasi yang baik dengan guru untuk mendapat materi lomba yang akan dilaksanakan. Materi yang diberikan kepada orang tua guna melanjutkan proses latihan yang telah dilakukan di sekolah agar terjadi integrasi antara latihan yang dilakukan di sekolah maupun di rumah (CLW 4.K9-10), (CLW 5.K9-10), (CLW 6.K10-11).

Gambar 2. VT Berlatih Futsal Didampingi oleh Pelatih Futsal

Setelah diberi tambahan latihan tambahan yang dilakukan baik oleh guru di sekolah maupun oleh orang tua di rumah anak akan ditampilkan di depan teman-teman mereka. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar saat lomba nanti anak sudah bertambah rasa percaya dirinya menjadi lebih berani dan yakin akan kemampuan dirinya sehingga tidak merasa demam panggung *(nervous)* (CLW 2.K7).

Pendampingan Guru Saat Lomba

Ketika telah melewati beberapa tahap dari mulai penyeleksian, latihan tambahan, uji coba tampil di depan teman-temannya, anak obese akan di dampingi guru untuk mengikuti lomba.

Pendampingan ini dilakukan agar anak merasa nyaman karena tidak sendiri. Guru mengantarkan murid mulai dari proses pendaftaran ulang lomba, penampilan, sampai akhir dari lomba. Bahkan guru akan menunggu sampai hasil lomba diumumkan (CLW 1.K7).

Gambar 3. Guru Mendampingi Anak Saat Lomba *Drum-Band*

2.2 Faktor Pendukung dan Penghambat Anak OBESE dalam Meraih Prestasi

Faktor Pendukung

Faktor pendukung yang terdapat pada anak *obese* dalam meraih prestasi diperoleh dari dua sumber utama yaitu, dukungan yang diberikan orang tua dan dukungan yang diberikan guru.

Dukungan Orang Tua

Berdasarkan dari hasil lapangan observasi yang dilakuan oleh peneliti, peneliti melihat orang tua memberikan perhatian dan dukungan kepada anak *obese* dengan meluangkan waktu untuk mengantarkan ke sekolah dan menjemput sendiri anaknya di sekolah (CLO 6.k1.p1), (CLO 4.k1.p1), (CLO 4.k5p3) . Hal ini terlihat saat HR yang datang diantar oleh ibunya setelah bersalaman dan di cium kening dan pipinya Ny. EN memberikan pesan kepada HR meminta HR menjadi anak yang sholehah ketika sekolah (CLO 6.k1p2), (CLO 4.k1p2).[8]

Dukungan Guru

Berdasarkan dari hasil lapangan observasi yang dilakuan oleh peneliti, peneliti melihat guru memberikan dukungan dengan memberi kesempatan kepada anak obese untuk melakukan segala aktivitas, guru memberikan dukungan berbentuk pujian kepada anak *obese* untuk memacu semangat dalam meraih hasil yang baik, dan memberi keyakinan kepada anak bahwa dirinya mampu melakukan dengan mencoba (CLO 6.k3p3),(CLO 4.k3p1).[9]

[8] Kartianom Kartianom and Oscar Ndayizeye, "What's Wrong with the Asian and African Students' Mathematics Learning Achievement? The Multilevel PISA 2015 Data Analysis for Indonesia, Japan, and Algeria," *Jurnal Riset Pendidikan Matematika* 4, no. 2 (2017): 200–210.

[9] Kartianom Kartianom, "Diagnosis Kesalahan Konsep Materi Matematika SMP Berdasarkan Hasil Ujian Nasional Di Kota Baubau." (UNY, 2017).

Gambar 4. Guru Memberi Dukungan Kepada Murid

Salah satu contoh terlihat pada salah satu kegiatan yang dilakukan di sekolah ketika proses belajar di kelas saat FH mengeluh tidak bisa memperoleh hasil yang baik saat menggunting kertas mengikuti garis. guru memberikan dukungan dengan menyemangati dan meyakinkan bahwa FH bisa melakukannya (CLO 6.k3p6).

Berdasarkan dari hasil wawancara yang dilakuan oleh peneliti, peneli menyimpulkan bahwa dukungan yang diberikan guru kepada anak *obese* yaitu motivasi yang diberikan yaitu pujian, memberi keyakinan kepada anak *obese* bahwa mereka bisa berprestasi, menjalin komunikasi kepada orang tua untuk memberi informasi terkait perkembangan dan kebutuhan anak, memberi pendampingan sebelum lomba serta pemberian *reward* yang diberikan di depan teman-temannya yang lain agar menumbuhkan semangat terus berprestasi kepada anak *obese*(CLW 1.K9),(CLW 1.K10),(CLW 2.K8), (CLW 2.K9), (CLW 3.K9), (CLW 4.K11) , (CLW 5.K11-12), (CLW 6.K11-12).

Faktor Penghambat

Berdasarkan dari hasil wawancara yang dilakuan oleh peneliti, peneli menyimpulkan bahwa faktor yang menjadi penghambat anak *obese* dalam meraih prestasi diantaranya, rasa percaya diri yang rendah, suasana hati anak yang sedang tidak baik membuat minat anak *obese* menurun, komunikasi antara sekolah dan orang tua yang sulit, pola asuh orang tua yang acuh terhadap perkembangan, dan kebutuhan makan anak yang tinggi yang membuat anak *obese* ingin melakukan kegiatan belajar sembari makan (CLW 1.K11), (CLW 2.K11), (CLW 3.K11) , (CLW 4.K12), (CLW 5.K13), (CLW 6.K14).

3. SIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan penelitian dalam pembahasan sebelumnya, maka dirumuskan kesimpulan sebagai berikut: anak *obese* di kelompok A TK Islam Al Azhar 17 Bintaro memperlihatkan banyak prestasi; di bidang Agama anak *obese* pernah meraih juara 3 lomba pildacil tingkat TK Al Azhar seJabodetabek yang dilaksanakan di TK Al Azhar Rawamangun. Anak *obese* tidak hanya di bekali oleh ilmu agamanya saja tetapi dilatih untuk dapat menyampaikan kepada orang lain. Selain itu dengan mengikuti lomba pildacil, sekolah berharap dapat mengasah rasa percaya diri anak *obese* untuk tampil menyampaikan materi yang disesuaikan dengan tema; di bidang seni musik anak *obese* meraih beberapa juara yang di dapat melalui lomba drumband antar TK baik tingkat antar provinsi maupun tingkat nasional. Pada drumband anak *obese* meraih juara 1 kategori general effect, juara 2 kategori *general effect*, juara 2 kategori ritmik, juara 1 kategori *colour guard*, juara 2 kategori *colour guard*, penghargaan peserta ekskul drumband terbaik kategori *colour guard*, juara 2 ingkat lomba drumband kategori ritmik, juara 3 kategori *general effect*. Mengikuti program ektrakurikuler

drumband membutuhkan ketekunan anak yang sungguh-sungguh. Selain prestasi yang diraih dari drumband anak *obese* TK Islam Al Azhar 17 Bintaro juga memperoleh prestasi di bidang seni musik yang lain yaitu juara 2 lomba angklung untuk tingkat kota Tangerang Selatan; Di bidang olahraga anak *obese* meraih beberapa juara yang di dapat melalui lomba futsal antar TK diantaranya yaitu meraih juara 2 lomba futsal tingkat TK Al Azhar sejabodetabek dan juara harapan 1 lomba futsal tingkat TK kota Tangerang Selatan. Walaupun memiliki ukuran tubuh di atas rata-rata seusianya, tidak mengecilkan semangat dan keinginan anak *obese* untuk bisa bergerak cepat seperti teman-temannya yang lain; dan di bidang informasi dan teknologi anak *obese* meraih juara 2 lomba IT antar TK Al Azhar seJabodetabek yang dilaksanakan di TK Islam Al Azhar 5 Kemandoran. Lomba IT yang diikuti anak *obese* adalah bagaimana anak dapat menggunakan program *paint* membuat gambar dengan tema yang dipilih anak.

Adapun penyebab anak OBESE bisa berpretsasi, yakni: minat anak OBESE yang tinggi; dan adanya peluang yang diberikan. Lingkungan sekitar anak obese mempengaruhi asupan gizi yang akan diterima oleh anak. Lingkungan sekitar yang dimaksud adalah orang tua dan sekolah, keduanya berperan penting dalam pemberian asupan gizi anak. Dari gambaran temuan yang dilihat, orang tua berupaya untuk menyiapkan bekal yang memenuhi kebutuhan asupan gizi anak *obese*. Setiap harinya orang tua berupaya membawakan menu bekal yang bervariasi dan mengandung asupan gizi yang seimbang.

Adapun proses anak OBESE dapat berprestasi, yakni: proses penyeleksian; latihan tambahan yang di berikan; dan pendampingan guru saat lomba. Sementara faktor pendukung anak OBESE dalam meraih prestasi, yakni: dukungan orang tua dan dukungan guru. Untuk faktor penghambat anak OBESE dalam meraih prestasi, yakni: suasana hati yang membuat minat anak *obese* berkurang.

4. DAFTAR PUSTAKA

Agoes, Dina, dan Maria P. 2003. Mencegah dan Mengatasi Kegemukan pada Balita. Jakarta : Penerbit Puspa Swara. Azwar, A. 2004. Tubuh Sehat Ideal Dari Segi Kesehatan. Disampaikan pada Seminar Kesehatan Obesitas. Senat Mahasiswa FKM UI Depok.

Bardosono, S. 2006. Gizi Sehat untuk Perempuan. Jakarta : Balai Penerbit FKUI. Boyle SE, Jones GL, Walters SJ. 2010. Physical Activity, weight status and diet in adolescent : are children meeting the guidelines/health 2010. Brown, JD. 2005. Nutirition Through The Life Cycle(2nd ed).USA

Departemen Kesehatan. . . 2007. Gizi dan Kesehatan Masyarakat edisi revisi. Jakarta: Rajagrafindo Persada. 2010.

DepKes. 2002. Nutritional Requirements Football - Nutrition. Diakses: 10 Oktober 2012. http://jowofile.jw.lt/ebook/files9/Gizi_atlet_sepakbola_txt. 2003.

EB, Hurlock. 1997. Psikologi Perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan, edisi kelima. Jakarta: Penerbit Erlangga. FAO/WHO/UNU. 2001. Food And Nutrition Technical Report Series. Human Energy Requirement. Rome : FAO/WHO/UNU. Fathonah, S. 1996. Prevalensi Gizi Pada Anak-Anak SMA Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya. Semarang : IKIP

Kartianom, Kartianom. "Diagnosis Kesalahan Konsep Materi Matematika SMP Berdasarkan Hasil Ujian Nasional Di Kota Baubau." UNY, 2017.

Kartianom, Kartianom, and Oscar Ndayizeye. "What's Wrong with the Asian and African Students' Mathematics Learning Achievement? The Multilevel PISA 2015 Data Analysis for Indonesia, Japan, and Algeria." *Jurnal Riset Pendidikan Matematika* 4, no. 2 (2017): 200–210.

Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya. Jakarta : Salemba Medika. Devi, N. 2012. Gizi Anak Sekolah. Jakarta : Penerbit Buku Kompas.

Petunjuk Teknis Pemantauan Status Gizi Orang Dewasa dengan Indeks Massa Tubuh (IMT). Jakarta

Wadsworth. Budiyanto, M. 2004.Gizi dan Kesehatan. Malang. Bayu Medi dan UMM. Cahyani, Triagita. 2014. Perbedaan Asupan Protein, Lemak, Karbohidrat dan Kesegaran Jasmani Antara Remaja Putri Overweight dengan Non Overweight Di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta. Thesis FIK UMS. Surakarta.