

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan

2.1.1 Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. (Notoatmodjo, 2003)

2.1.2 Sumber Pengetahuan

Pengetahuan memiliki beberapa sumber, yang antara lain adalah:

1. Intuisi.

Pengetahuan yang diperoleh melalui intuisi adalah pengetahuan dan pemahaman mengenai sesuatu hal yang diperoleh tanpa melalui proses belajar.

2. Rasional.

Pengetahuan yang diperoleh secara rasional adalah pengetahuan yang dihasilkan dari proses belajar-mengajar, diskusi ilmiah, pengkajian buku, pengajaran guru, sekolah, dan sebagainya.

3. Emperikal.

Pengetahuan emperikal adalah pengetahuan yang diperoleh melalui pengamatan yang dilakukan oleh indera-indera yang ada pada tubuh seseorang.

4. Wahyu.

Pengetahuan wahyu adalah pengetahuan yang diperoleh langsung dari Tuhan YME. Pengetahuan jenis ini biasanya digunakan dalam kegiatan-kegiatan yang berbau keagamaan.

2.1.3 Tingkatan Pengetahuan

Benyamin Bloom menyebutkan bahwa perilaku manusia dapat dibagi ke dalam tiga domain, yang antara lain adalah domain kognitif, afektif, serta psikomotor. Yang akan dibahas lebih lanjut dalam sub-bab ini hanyalah domain kognitif saja.

Kognitif, atau yang biasa disebutkan sebagai pengetahuan, merupakan domain yang sangat penting dalam pembentukan perilaku. Seseorang cenderung melakukan sesuatu setelah ia mengetahui dampak serta pengaruh perilaku tersebut bagi kehidupannya. Dalam perkembangannya, domain kognitif memiliki beberapa tingkatan, yaitu:

1. Tahu (*know*)

Dalam tahapan ini, seseorang mengingat suatu materi yang telah dipelajari. Materi tersebut mungkin secara keseluruhan ataupun sesuatu yang spesifik.

2. Paham (*comprehension*)

Dalam tahapan ini, seseorang dapat menjelaskan mengenai suatu materi dengan benar, serta dapat menginterpretasikannya secara tepat.

3. Aplikasi (*aplication*)

Dalam tahapan ini, seseorang mampu mempergunakan materi yang telah ia peroleh sebelumnya dalam situasi dan kondisi yang sebenarnya.

4. Analisis (*analysis*)

Dalam tahapan ini, seseorang mampu untuk melakukan suatu pembedaan atau pengelompokan dari suatu materi.

5. Sintesis (*synthesis*)

Dalam tahapan ini, seseorang mampu untuk mengembangkan suatu materi baru dari materi-materi yang telah ia peroleh sebelumnya.

6. Evaluasi (*evaluation*)

Dalam tahapan ini, seseorang mampu untuk melakukan suatu penilaian terhadap suatu materi. Kriteria penilaian dapat diambil dari yang telah ada sebelumnya ataupun yang dibuat sendiri.

2.2 Sikap

2.2.1 Definisi Sikap

Menurut Aiken, sikap adalah predisposisi atau kecenderungan dari seorang individu untuk merespon secara positif atau negatif dengan intensitas yang moderat dan atau memadai terhadap objek, situasi, konsep, atau orang lain. (Neila Ramdhani, 2008)

2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Sikap

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses perkembangan individu hingga sampai kepada terbentuknya sikap. Faktor-faktor tersebut antara lain:

1. Faktor genetik dan fisiologik.

Sikap yang dianut seseorang terkadang ditentukan oleh sifat bawaan yang dimilikinya semenjak lahir. Sikap tersebut dapat juga ditentukan oleh fisiologis seseorang, seperti perkembangan serta kondisi fisik seseorang.

2. Pengalaman personal.

Sikap yang dianut seseorang juga dapat ditentukan oleh pengalaman yang dirasakan sendiri oleh individu yang bersangkutan. Faktor ini dinilai sangat menentukan dalam proses pembentukan sikap. Pengalaman personal yang paling baik dalam menentukan sikap seseorang adalah jika pengalaman tersebut memberikan kesan kuat baginya (traumatik) serta jika pengalaman tersebut terjadi dalam kehidupan individu yang bersangkutan secara terus-menerus.

3. Pengaruh orang tua.

Sikap seseorang dapat sangat dipengaruhi oleh peran serta orang tua. Sikap orang tua akan dijadikan role model bagi anak-anaknya.

4. Kelompok sebaya.

Yang ikut berperan dalam proses pembentukan sikap adalah peran dari kelompok sebaya. Ada kecenderungan bahwa seorang individu berusaha untuk sama dengan teman sekelompoknya.

5. Media massa.

Faktor yang juga turut berperan dalam pembentukan sikap adalah media massa. Cakupan serta intensitas dari media massa yang sangat luas

menjadi keunggulan dari media massa dalam menentukan terbentuknya sikap.

2.2.3 Theory of Reasoned Action (TRA)

2.2.3.1 Definisi TRA

Theory of Reasoned Action atau Teori Tindakan yang Beralasan ini pertama kali dikemukakan oleh Ajzen pada tahun 1980. Teori ini terbentuk berdasarkan pemikiran bahwa seseorang akan berperilaku dengan memikirkan berbagai informasi yang telah ia peroleh sebelumnya, dan dengan demikian maka ia telah melakukannya dengan sadar. Dalam teori TRA ini, Ajzen menyebutkan bahwa yang menentukan dilakukan atau tidak dilakukannya suatu perilaku adalah niat orang tersebut, dan niat ini dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu sikap terhadap perilaku dan norma subjektif (pengaruh sosial).

2.2.3.2 Komponen TRA

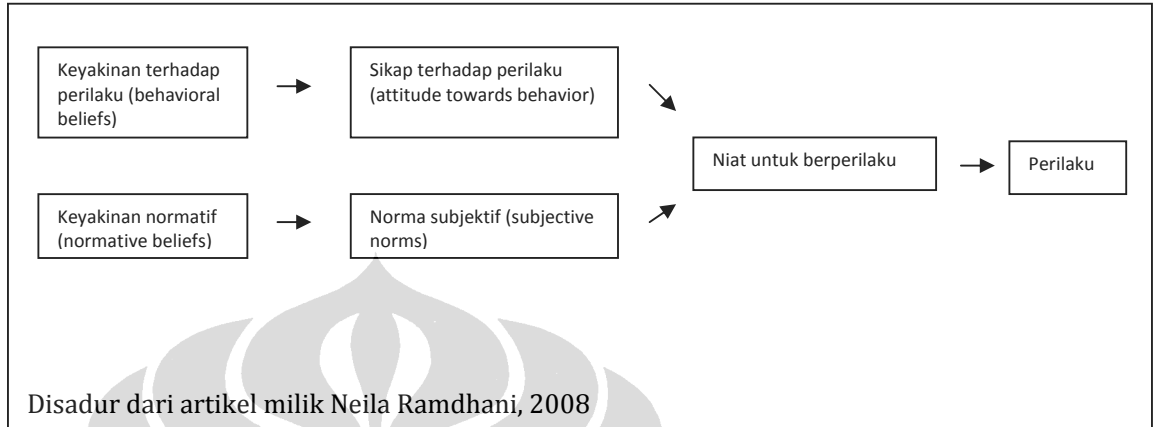
Beberapa hal yang menjadi komponen pembentuk TRA antara lain adalah:

1. Behavioral Belief (Keyakinan terhadap perilaku)
2. Normative Belief (Keyakinan normatif)
3. Attitude towards behavior (Sikap terhadap perilaku)
4. Subjective Norms (Norma subjektif)
5. Intention to Behave (Niat untuk berperilaku)
6. Behavior (Perilaku)

2.2.3.3 Bagan TRA

Bagan 2.2.3.3.1

Theory of Reasoned Action



Dalam bagan tersebut ditunjukkan alur dari terbentuknya perilaku menurut TRA. Disebutkan bahwa adanya keyakinan terhadap suatu perilaku tertentu akan menyebabkan terbentuknya sikap terhadap perilaku tersebut. Pada saat yang sama, ada juga keyakinan-keyakinan normatif berupa faktor lingkungan (yaitu adanya peraturan, adat-istiadat, dsb) yang menyebabkan terbentuknya norma subjektif, yaitu norma yang dipegang oleh seseorang sebagai akibat dari adanya peraturan tertentu di lingkungan sekitarnya. Perpaduan dari sikap seseorang dan norma subjektifnya tadi akan mengakibatkan terbentuknya niat, yaitu dorongan yang kuat dalam diri individu untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku. Menurut TRA, niat inilah yang pada akhirnya akan sangat menentukan terjadinya suatu perilaku.

2.3 Psikologi Perkembangan Anak kelas III SD (Usia 8 – 10 tahun)

2.3.1 Tahap Perkembangan Kognisi

Menurut Lusi Nuryanti (2008), dalam usia ini anak “mencapai struktur logika tertentu yang memungkinkan mereka membentuk beberapa operasi mental, namun masih terbatas pada objek-objek yang konkret”. Jadi, dapat disimpulkan bahwa pada usia ini anak telah memiliki logika mengenai segala sesuatu, namun tetap memerlukan bimbingan dari orang-orang terdekat, misalnya orang tua dan guru.

2.3.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Anak

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan anak terbagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Yang termasuk ke dalamnya antara lain adalah:

1. Faktor Internal:
 - a. Taraf kecerdasan
 - b. Konsep diri
 - c. Motivasi Berprestasi
 - d. Minat
 - e. Bakat
 - f. Sikap
 - g. Sistem nilai
2. Faktor Eksternal:
 - a. Lingkungan keluarga
 - i. Status sosial ekonomi keluarga (penghasilan, pendidikan, dan pekerjaan orang tua)
 - ii. Budaya
 - iii. Kelompok etnis
 - b. Lingkungan sekolah
 - c. Lingkungan masyarakat luas

2.3.3 Peran Orang Tua dalam Perkembangan Anak

Orang tua memiliki peran penting dalam perkembangan anak. Peran tersebut adalah:

1. Menciptakan atmosfir yang penuh penghargaan, waktu yang cukup untuk bermain, dan kesempatan untuk mandiri.
2. Mengembangkan pola komunikasi yang efektif.
3. Menyediakan aturan yang konsisten dan batas-batas yang jelas dari setiap aturan. Aturan-aturan tersebut juga harus disertai dengan penjelasan yang memadai.

4. Menyediakan aktivitas yang mendukung penguasaan anak akan keterampilan-keterampilan yang harus dikuasainya dan membuat anak mengembangkan perasaan 'mampu'.
5. Menyediakan kesempatan untuk merangsang dan belajar dengan anggota keluarga yang lain melalui hobi, permainan, aktivitas fisik, dan kegiatan piknik.
6. Menekankan pentingnya belajar.
7. Menjaga komunikasi dengan guru di sekolah.

2.4 Obesitas pada Anak

2.4.1 Definisi Obesitas pada Anak

Obesitas pada anak merupakan keadaan di mana anak mengalami kelebihan berat badan. Kelebihan berat badan yang dimaksud adalah jika anak kelebihan indeks massa tubuh (IMT) atau *body mass index* (BMI) sebesar 20% atau lebih dari IMT normal. (*Batam Event.com, 2007*)

Obesitas pada masa kecil adalah suatu kondisi atau masalah kesehatan serius yang mempengaruhi anak dan para remaja. Obesitas terjadi saat timbangan berat badan seorang anak melebihi dari ukuran normal sesuai umur dan tinggi badannya. Kegemukan pada masa kecil (anak) adalah masalah khusus yang dikarenakan kelebihan berat badan yang sering dimulai pada usia anak yang berhubungan dengan masalah kesehatan pada usia dewasa kelak, seperti diabetes, tekanan darah tinggi, dan kolesterol tinggi. (*Artikel Kesehatan Online, 2008*)

2.4.2 Penyebab Obesitas pada Anak

Beberapa hal yang dapat menjadi faktor risiko terjadinya obesitas pada anak antara lain adalah:

1. Pola Makan.

Mengonsumsi makanan berkalori tinggi seperti makanan cepat saji, makan yang dibakar, serta cemilan memiliki andil dalam peningkatan berat badan. Demikian halnya dengan minuman bersoda, cemilan, permen, serta makanan penutup. Makanan dan

minuman seperti ini biasanya memiliki kandungan kalori dan gula atau garam yang tinggi.

2. Jarang Bergerak.

Anak-anak yang jarang bergerak akan lebih mudah mengalami kenaikan berat badan karena mereka tidak membakar kalori melalui aktivitas fisik. Aktivitas untuk mengisi waktu luang yang tidak membuat mereka banyak bergerak, seperti menonton televisi atau bermain video game, memiliki andil pada terjadinya masalah ini.

3. Masalah genetik.

Bila anak berasal dari keluarga yang rata-rata anggotanya mengalami kegemukan, mungkin secara genetik ia akan mengalami kelebihan berat badan. Hal ini didukung oleh keadaan yang ada di sekitar anak, terutama bila ia berada dalam lingkungan di mana makanan tinggi kalori selalu tersedia dan aktivitas fisik jarang dilakukan.

4. Faktor psikologis.

Ada sebagian anak yang makan terlalu banyak sebagai pelampiasan bila ada masalah, terutama masalah emosi, seperti stres atau kebosanan.

5. Faktor keluarga/sosial.

Keluarga, terutama orang tua, merupakan penentu kebiasaan anak, misalnya apa saja yang ia makan dan kegiatan apa yang ia lakukan. Pengetahuan yang salah dari orang tua akan mengakibatkan timbulnya perilaku yang salah dari anak, termasuk dalam hal makanan dan aktivitas sehari-hari.

2.4.3 Akibat Obesitas pada Anak

Akibat dari obesitas pada anak kurang-lebih sama dengan akibat dari obesitas pada orang dewasa. Kondisi ini diperparah dengan usia anak yang masih berada di masa awal kehidupannya, sehingga dikhawatirkan ia akan membawa penyakit ini hingga ke masa dewasanya. Akibat dari obesitas pada anak antara lain adalah:

1. Diabetes tipe 2

2. Gangguan sindrome metabolisme
3. Tekanan darah tinggi
4. Asma atau gangguan pernafasan lainnya
5. Gangguan tidur
6. Penyakit Hati atau liver
7. Puber usia dini atau menarche
8. Gangguan makan
9. Infeksi kulit

Selain berbagai penyakit medis seperti yang tersebut di atas, obesitas pada anak juga dapat menyebabkan timbulnya dampak mental dan sosial, yang antara lain adalah:

1. Perasaan terintimidasi dan rendah diri

Anak sering diolok-olok oleh teman sebaya karena kelebihan berat badannya, sering di gertak dan lain-lain sehingga berakibat merasa tidak percaya diri dan rendah diri atau kehilangan harga diri dan hal ini bila bertambah berat bisa berakibat pada depresi.

2. Tingkah laku dan gangguan belajar

Kondisi overweight pada anak cenderung mempunyai sifat malas dan ketrampilan sosial yang kurang jika dibandingkan dengan teman-teman lainnya dengan berat badan yang normal. Pada kondisi yang ekstrem, masalah ini bisa memicu dimana sang anak keluar dari kelas dan mengganggu ruang kelas. Pada kondisi yang lain mungkin si anak akan merasa terasing karena melakukan tindakan penarikan sosial sehingga tidak bergaul dengan teman-teman lainnya karena merasa malu dan rendah diri. Perasaan stress dan cemas juga dapat mengganggu konsentrasi dalam belajar. Kecemasan yang berhubungan dengan lingkungan sekolah dapat menimbulkan suatu lingkaran yang terus berkembang hingga satu kondisi penolakan belajar.

3. Depresi

Isolasi dari lingkungan sosial dan merasa harga dirinya rendah menciptakan perasaan penuh keputusasaan pada beberapa anak. Jika

anak kehilangan harapan bahwa kehidupan mereka dapat di perbaiki, mereka dapat menjadi depresi. Seorang anak yang mengalami depresi mungkin kehilangan selera untuk beraktifitas seperti biasanya pada anak dengan berat badan normal, tidur lebih dari biasanya atau sering menangis. Beberapa anak dengan gangguan depresi biasanya menyembunyikan kesedihan mereka dan sebaliknya menunjukkan perasaan emosional yang datar.

2.4.4 Pengobatan untuk Obesitas pada Anak

Ada beberapa tips dalam rangka mencegah serta mengobati obesitas pada anak yang dapat dilakukan oleh orang tua, antara lain:

1. Diet sehat dalam makanan
2. Tingkatkan aktivitas fisik
3. Pemakaian obat-obatan
4. Operasi penurunan berat badan

2.5 Pengasuhan Orang Tua yang Tepat untuk Mencegah Obesitas pada Anak

Orang tua memiliki peran yang besar dalam mencegah terjadinya obesitas pada anak-anaknya. Hal yang dapat dilakukan antara lain adalah:

1. Makan dengan Pola Makan yang Sehat

Makanan selalu dibeli oleh para orangtua, mereka juga memasak makanan dan mereka juga yang menentukan makanan mana yang akan dimakan. Yang perlu diperhatikan dalam menyiapkan makanan yang sehat bagi keluarga adalah:

- Bila sedang berbelanja untuk sehari-hari, pilihlah buah dan sayuran dibandingkan makanan cepat saji. Selalu sediakan kudapan yang sehat. Dan jangan pernah menggunakan makan sebagai hadiah atau hukuman.
- Batasi pembelian minuman yang manis, termasuk juga minuman yang memiliki rasa buah. Minuman seperti ini hanya memberikan sedikit nutrisi dibandingkan dengan kalori tinggi yang mereka miliki. Minuman ini juga dapat membuat anak merasa terlalu kenyang untuk makan makanan yang lebih sehat.

- Pilih resep dan metode memasak yang menggunakan lemak sesedikit mungkin. Contohnya, memanggang ayam bukan menggorengnya.
- Sajikan makanan berwarna-warni di atas meja: sayuran hijau dan kuning, buah aneka warna, dan roti yang terbuat dari *whole-grain*. Batasi sajian karbohidrat berwarna putih: beras, pasta, roti putih dan gula (sebagai makanan penutup).
- Duduk bersama untuk menikmati makanan sekeluarga. Buat makan bersama sebagai kebiasaan – saat untuk berbagi berita dan cerita. Jangan makan di depan televisi atau komputer, yang akan menyebabkan anak mengunyah tanpa berpikir.
- Batasi kebiasaan makan di luar rumah, terutama di restoran cepat saji. Banyak pilihan menu pada restoran seperti ini yang tinggi lemak dan kalori.
- Jangan biasakan makan di depan layar, seperti televisi, komputer atau *video game*. Kebiasaan ini akan menyebabkan anak makan secara terburu-buru dan menurunkan kesadaran akan berapa banyak makanan yang telah dimakan.

2. Meningkatkan Aktivitas Fisik

Satu komponen yang sangat penting dalam penurunan berat badan, terutama pada anak-anak, adalah aktivitas fisik. Kegiatan ini tidak hanya akan membakar kalori, tapi juga dapat memperkuat tulang dan otot dan membantu anak-anak tidur dengan nyenyak di malam hari dan terjaga di siang hari. Untuk meningkatkan aktivitas anak, yang perlu diperhatikan antara lain:

- Batasi waktu santai di depan layar menjadi hanya dua jam dalam sehari. Satu cara yang jitu untuk meningkatkan aktivitas anak adalah dengan membatasi waktu mereka untuk menonton televisi setiap harinya. Aktivitas diam lainnya (main video games dan komputer atau bicara di telepon) juga harus dibatasi.
- Tekankan pada aktivitas bukan olahraga. Aktivitas anak tidak harus berupa program olahraga yang terstruktur, tujuannya hanya agar mereka tetap bergerak. Aktivitas bermain bebas seperti bermain petak-umpet,

tarik tambang atau lompat tali dapat menjadi cara yang jitu untuk membakar kalori dan meningkatkan stamina.

- Temukan aktivitas yang disukai oleh anak. Contohnya, bila anak cenderung berjiwa seni, kita dapat pergi ke alam untuk jalan-jalan dan mengumpulkan daun dan batu-batuan yang dapat dikoleksi oleh anak-anak. Bila anak suka memanjat, anda bisa pergi ke mencari tempat bermain di sekitar rumah, dimana anak-anak dapat melewatkan waktu dengan memanjat alat permainan atau tembok. Bila anak suka membaca, anda bisa mengajaknya jalan kaki atau naik sepeda ke perpustakaan di sekitar rumah anda.
- Bila ingin memiliki anak yang aktif, orang tua harus aktif. Gunakan tangga bukan lift atau eskalator dan parkir mobil anda di tempat yang agak jauh dari toko. Jangan buat kegiatan olah gerak sebagai hukuman atau kewajiban. Temukan aktivitas yang menyenangkan yang dapat dilakukan oleh seluruh anggota keluarga.
- Buat pekerjaan rumah tangga sebagai kegiatan keluarga. Siapa yang banyak mencabut rumput dari kebun sayuran? Siapa yang paling banyak mengumpulkan sampah?
- Buat aktivitas yang bervariasi. Biarkan anak-anak secara bergantian memilih aktivitas apa yang akan mereka lakukan hari atau minggu ini. Latihan memukul, boling, dan renang, semua ikut dihitung. Yang terpenting adalah melakukan suatu aktivitas.

3. Buat sebagai Komitmen Keluarga

Anak-anak tidak dapat mengubah sendiri pola makan dan pola aktivitas mereka, sehingga mereka membutuhkan dukungan dan dorongan dari keluarga. Untuk meningkatkan tingkat kesuksesan anak, maka hal yang perlu diperhatikan antara lain adalah:

- Buat komitmen untuk melakukan kebiasaan sehat dalam keluarga, di mana semua anggota keluarga harus tetap mengikuti pola yang sudah ditentukan. Bila tidak, anak akan merasa disisihkan, direndahkan atau dibenci.

- Bersiaplah untuk melakukan perubahan. Perubahan yang kecil tapi berkesinambungan akan lebih mudah untuk diikuti dan dijalankan dalam kehidupan sehari-hari.
- Fokus pada program perubahan pola makan dan aktivitas untuk jangka panjang, jangan gunakan pola diet yang sudah ditentukan atau pola diet yang sedang tren yang bertujuan untuk mengurangi berat badan secara cepat. Tujuan yang harus dicapai adalah pola makan sehat dan perubahan gaya hidup, bukan jumlah kilogram yang sudah bisa dihilangkan.
- Tentukan sasaran yang dapat dicapai oleh anak dan juga seluruh anggota keluarga. Contohnya, sasaran untuk anak adalah mengurangi konsumsi minuman yang mengandung gula. Sasaran keluarga adalah makan bersama di meja setiap malam bukan di depan televisi.

2.6 Batasan Masalah

2.6.1 Variabel Independen

2.6.1.1 Usia Ibu

Menurut Theory of Reasoned Action (TRA) yang telah dijelaskan sebelumnya, faktor sosial mempengaruhi dalam peningkatan pengetahuan serta pembentukan sikap seseorang. Salah satu komponen dari faktor sosial ini adalah usia. Secara langsung, usia memang memiliki hubungan dengan pengetahuan dan sikap. Semakin bertambahnya usia, maka pengetahuan seseorang pun semakin banyak, dan sikapnya juga akan semakin matang dan dewasa (Kosasih, 1997). Jika pernyataan tersebut diaplikasikan dalam penelitian ini, maka dapat dikatakan bahwa semakin tua usia ibu, maka pengetahuannya mengenai perilaku berisiko obesitas anak akan semakin tinggi, dan sikapnya juga akan semakin baik.

2.6.1.2 Tingkat Pendidikan Ibu

Dalam TRA, tingkat pendidikan juga merupakan salah satu komponen dari faktor sosial yang mempengaruhi dalam peningkatan pengetahuan serta pembentukan sikap seseorang yang positif. Semakin tinggi pendidikan seseorang, diyakini bahwa pengetahuannya juga meningkat, dan pengetahuan tersebut tidak

terbatas hanya kepada program keilmuan yang dipelajarinya secara akademis saja. Dengan pengetahuan yang semakin bertambah tersebut, maka orang yang tingkat pendidikannya tinggi akan semakin bijak dalam menentukan sikap (Kosasih, 1997). Jika pernyataan tersebut diaplikasikan dalam penelitian ini, maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, maka pengetahuannya mengenai perilaku berisiko obesitas anak akan semakin tinggi, dan sikapnya juga akan semakin baik.

2.6.1.3 Pekerjaan Ibu

Sama halnya dengan usia dan tingkat pendidikan, dalam TRA pekerjaan juga merupakan salah satu komponen dalam faktor sosial yang mempengaruhi peningkatan pengetahuan serta pembentukan sikap seseorang. Jika seseorang memiliki pekerjaan, maka diyakini akan terjadi peningkatan pengetahuan serta pembentukan sikap yang positif dalam diri seseorang. Faktor pekerjaan ini terkait dengan pendidikan (Kosasih, 1997), pengalaman serta lingkungan sosial seseorang. Orang yang bekerja diasumsikan memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi, pengalaman yang lebih banyak dan bervariasi, serta lingkungan sosial yang lebih luas. Hal tersebut memungkinkan adanya kemudahan dalam mengakses informasi. Jika pernyataan tersebut diaplikasikan dalam penelitian ini, maka dapat dikatakan bahwa pada ibu yang bekerja, pengetahuannya mengenai perilaku berisiko obesitas akan semakin tinggi, dan sikapnya pun akan semakin baik.

2.6.2 Variabel Dependen

2.6.2.1 Pengetahuan Ibu mengenai Perilaku Berisiko Obesitas

Pengetahuan seseorang mengenai suatu masalah kesehatan merupakan salah satu faktor penentu dalam menentukan perilaku seseorang untuk mencari pengobatan serta melakukan pencegahan (Kosasih, 1997). Dalam hal ini, pengetahuan para ibu mengenai perilaku berisiko obesitas anak pun akan menentukan bagaimana ibu akan berperilaku dalam menjaga anak-anaknya. Pengetahuan mengenai bahayanya terlalu banyak mengonsumsi makanan cepat

saji dan kurangnya aktivitas fisik yang membakar kalori akan dapat menjadi pemicu bagi ibu untuk mencegah anak-anaknya melakukan kedua hal tersebut.

2.6.2.2 Sikap Ibu mengenai Perilaku Berisiko Obesitas

Dalam TRA, sikap seseorang menjadi penentu niatnya dalam berperilaku, sehingga sikap menjadi suatu komponen penting dalam ilmu perilaku. Dalam hal ini, sikap para ibu mengenai perilaku berisiko obesitas anak pun akan menjadi pemicu utama perilaku ibu dalam menjaga anak-anaknya sehingga mereka dapat terhindar dari obesitas serta bahayanya.

2.6.3 Perilaku Berisiko Obesitas pada Anak

Perilaku anak yang dapat membahayakan dirinya sendiri dengan memicu terjadinya obesitas di usia dini antara lain adalah:

1. Mengonsumsi makanan cepat saji dalam jumlah yang berlebihan.

Makanan cepat saji, atau yang juga seringkali disebut sebagai *junkfood*, memang sangat menarik bagi semua orang, terutama anak-anak. Kecepatan dan kemudahan juga menyebabkan para orang tua memilih untuk memberikan jenis makanan ini pada anak-anaknya sebagai alternatif jika mereka sedang sibuk atau melakukan aktivitas lainnya. Hal ini menyebabkan tingginya intensitas anak-anak mengonsumsi makanan cepat saji. Pada kenyataannya, telah ada penelitian mengenai bahayanya makanan cepat saji bagi kesehatan, dan bagaimana jenis makanan ini dapat memicu terjadinya obesitas.

2. Kurangnya aktivitas fisik yang dapat membakar kalori.

Kemajuan teknologi yang menyebabkan hidup manusia semakin nyaman tanpa harus menggunakan fungsi tubuhnya secara optimal pun dapat memicu terjadinya obesitas. Pada anak-anak, obesitas dapat terjadi karena tingginya frekuensi anak berada di depan TV dan menonton tayangan tertentu, bermain game elektronik, dsb yang tidak membakar kalori. Bahkan kadang kegiatan-kegiatan ini dilakukan sambil memakan makanan ringan, juga makanan berat.

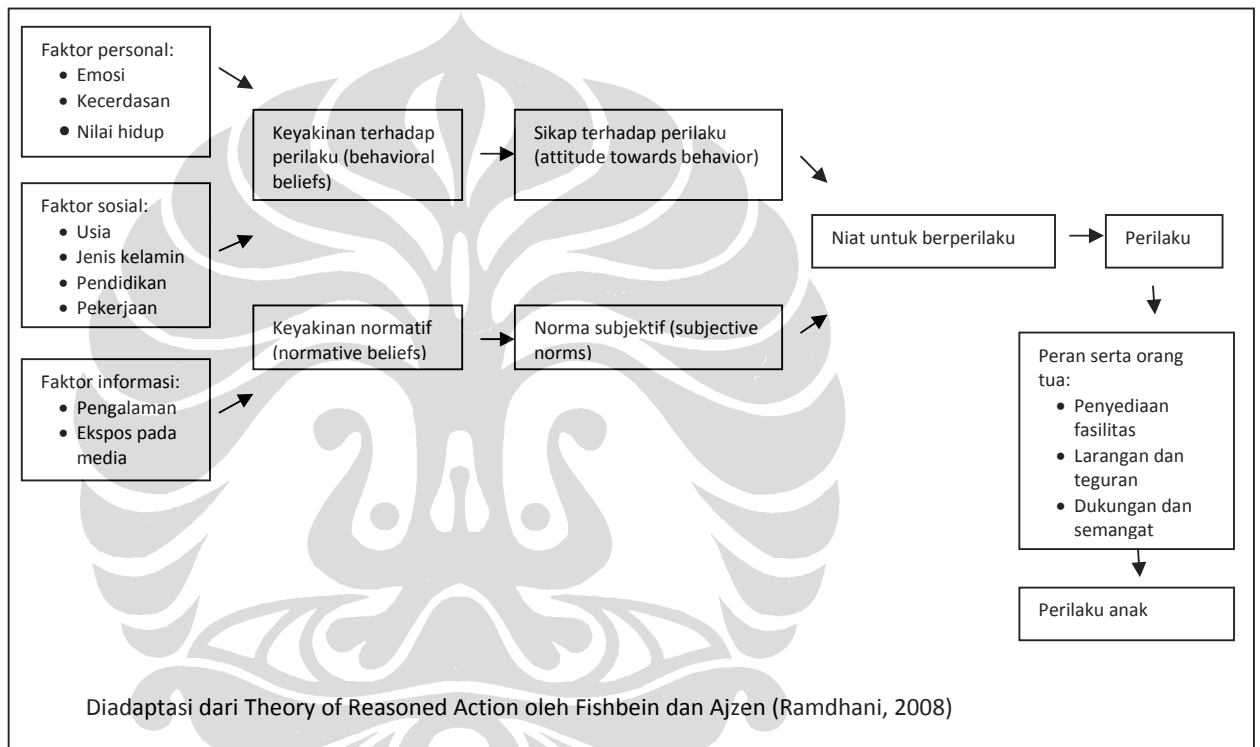
BAB 3

KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Teori

Bagan 3.1.1

Kerangka Teori Penelitian Diadaptasi dari Theory of Reasoned Action

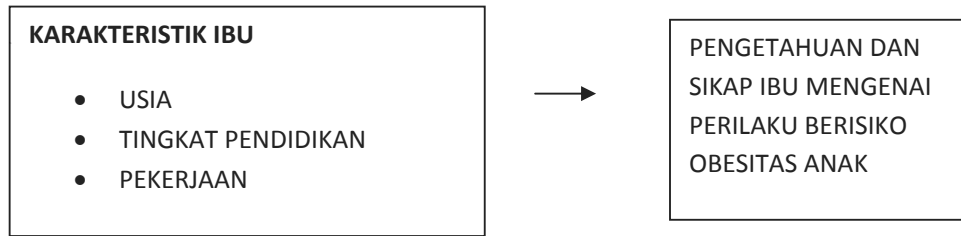


Teori ini meyakini bahwa perilaku seseorang didasari oleh niatnya untuk melakukan sesuatu. Niat tersebut dapat terbentuk karena beberapa faktor yang mempengaruhi, di antaranya adalah faktor personal (emosi, kecerdasan, dan nilai hidup), faktor sosial (usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan), serta faktor informasi (pengalaman dan ekspos pada media). Jika dikelompokkan lagi, maka dapat diketahui bahwa niat seseorang untuk berperilaku dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam diri individu dan faktor lingkungan di sekitarnya.

3.2 Kerangka Konsep

VARIABEL INDEPENDEN

VARIABEL DEPENDEN



3.3 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Usia Ibu	Perhitungan usia ibu, yang dimulai dari saat kelahiran ibu sampai dengan waktu penghitungan usia. (Wikipedia, 2009)	Angket	Kuesioner	1. Muda (< 39,10 tahun) 2. Tua (≥ 39,10 tahun) (Berdasarkan nilai mean jika distribusi normal, atau nilai median jika distribusi tidak normal)	Nominal
2.	Tingkat Pendidikan Ibu	Jenjang peningkatan pengetahuan formal ibu yang telah ditempuh dan menghasilkan sertifikat resmi.	Angket	Kuesioner	1. Rendah (Tamat SD – Tamat SLTA) 2. Tinggi (Tamat Akademi dan Perguruan Tinggi)	Ordinal

3.	Pekerjaan Ibu	Sesuatu yang dilakukan ibu dalam rangka memperoleh penghasilan untuk memenuhi kebutuhan hidup.	Angket	Kuesioner	1. Tidak bekerja (Ibu Rumah Tangga) 2. Bekerja (Pegawai Negeri Sipil, Pegawai Swasta, Wiraswasta)	Nominal
4.	Pengetahuan Ibu mengenai perilaku berisiko obesitas pada anak	Hasil dari informasi, pengalaman, maupun pendidikan formal ibu mengenai perilaku berisiko obesitas anak	Angket	Kuesioner	1. Rendah (< 8) 2. Tinggi (≥ 8) (Berdasarkan nilai mean jika distribusi normal, atau nilai median jika distribusi tidak normal)	Ordinal
5.	Sikap Ibu mengenai perilaku berisiko obesitas pada anak	Kecenderungan Ibu untuk merespon secara positif atau negatif mengenai perilaku berisiko obesitas pada anak.	Angket	Kuesioner	1. Tidak kondusif (< 28) 2. Kondusif (≥ 28) (Berdasarkan nilai mean jika distribusi normal, atau nilai median jika distribusi tidak normal)	Ordinal