

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energi (*energi intake*) dengan energi yang digunakan (*energi expenditure*) dalam waktu lama.⁽¹⁾ Obesitas sentral adalah ketidakseimbangan energi sehingga menyebabkan akumulasi penumpukan lemak yang disimpan dibagian tengah tubuh dan rongga perut.^(2, 3) Prevalensi obesitas diseluruh dunia mengalami peningkatan hampir tiga kali lipat setiap tahunnya dan merupakan peringkat ketiga besar penyebab gangguan kesehatan kronis.⁽⁴⁾ Obesitas sentral merupakan masalah kesehatan yang dihadapi di berbagai negara, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Prevalensi obesitas sentral di negara maju seperti di Spanyol mencapai angka 33,4% dan di Amerika Serikat mencapai 52%.^(5, 6) Selain negara maju, obesitas sentral juga terjadi pada negara berkembang seperti di India yang memiliki prevalensi obesitas sentral sebesar 71,2%.⁽⁷⁾ Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang mengalami peningkatan pada prevalensi obesitas sentral, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar sejak tahun 2007 hingga 2018 prevalensi obesitas sentral mengalami peningkatan, dimana pada tahun 2007 prevalensi obesitas sentral yakni 18,8% dan pada tahun 2013 naik menjadi 26,6% lalu di tahun 2018 terjadi kenaikan kembali menjadi 31%.⁽⁸⁾ Angka prevalensi obesitas sentral tertinggi terdapat pada Provinsi Sulawesi Utara sebesar 42,5%, sedangkan angka prevalensi terendah terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 19,3%.⁽⁸⁾

Obesitas sentral adalah salah satu penyebab terjadinya penyakit-penyakit degeneratif, antara lain diabetes mellitus tipe 2, dyslipidemia, penyakit jantung

koroner, hipertensi, kanker, dan sindrom metabolik.^(3, 9) Sebanyak 3,4 juta orang dewasa meninggal setiap tahunnya. Dilaporkan 44% kematian terjadi akibat diabetes, 23% dari penyakit jantung iskemik lalu 7-41% adalah akibat kanker.^(3, 10) Menurut *Sample Registration Survey* Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, penyakit jantung koroner merupakan penyebab kematian terbesar kedua di Indonesia dengan persentase 12,9% setelah stroke yaitu 21,1%.⁽³⁾

Obesitas sentral disebabkan oleh beberapa faktor resiko yang dapat dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu, faktor resiko yang tidak dapat diubah dan faktor resiko yang dapat diubah, antara lain seperti faktor usia, jenis kelamin, faktor genetik (riwayat keluarga). Sedangkan faktor yang dapat diubah seperti pola makan dan aktivitas fisik.^(9, 11, 12) Faktor resiko yang dapat dirubah adalah pola makan, salah satu pola makan yang menjadi pencetusnya adalah makan tinggi energi. Manusia membutuhkan energi untuk mempertahankan hidup, menunjang pertumbuhan dan melakukan aktivitas fisik.⁽¹³⁾ Energi diperoleh dari karbohidrat, lemak, dan protein yang ada dalam bahan makanan, namun konsumsi yang berlebih dari kebutuhan dapat menimbulkan masalah dalam tubuh salah satunya adalah obesitas.⁽¹⁴⁾ Hasil penelitian Rosa, dkk (2019) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan obesitas sentral.⁽¹⁵⁾ Berbanding terbalik dengan hasil penelitian usti, dkk (2018) dan Pertiwi, dkk (2022) yang menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan kejadian obesitas sentral.^(2, 16)

Faktor resiko yang dapat diubah selanjutnya adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang diakibatkan kerja otot rangka dan meningkatkan pengeluaran tenaga serta energi.⁽¹⁷⁾ Kemajuan teknologi dan kebudayaan di zaman modern ini telah menciptakan banyak kemudahan sehingga

aktivitas fisik manusia zaman sekarang lebih rendah dibandingkan zaman sebelumnya.⁽¹³⁾ Rendahnya aktivitas ini akan mendorong keseimbangan energi ke arah positif sehingga mengarah pada penyimpanan energi dan penambahan berat badan. Hasil penelitian Rosa, dkk (2019) dan Parinduri, dkk (2021) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan obesitas sentral, hal ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian usti, dkk (2018) dan Pertiwi, dkk (2022) yang menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral.^(2, 15, 16, 18)

Selanjutnya adalah faktor resiko yang tidak dapat diubah yaitu faktor genetik atau riwayat keluarga. Menurut Tchamof dan Depres, 2013 faktor genetik dapat mempengaruhi tingkat obesitas seseorang.⁽⁹⁾ Faktor genetik secara langsung maupun tidak langsung mengatur berat badan seseorang. Hal ini diduga disebabkan metabolisme dan faktor hormonal dalam tubuh yang mengatur aspek asupan energi, penggunaan energi, dan pengeluaran energi, sehingga mengakibatkan terjadinya obesitas sentral.⁽⁹⁾ Hasil penelitian Savitri, (2017) dan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara riwayat orang tua obesitas dengan obesitas sentral, hal ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian Aprlia, (2020) yang menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan obesitas sentral.^{(19,}

²⁰⁾ Berdasarkan masalah yang sudah dipaparkan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penggabungan hasil penelitian sejenis dengan meta analisis untuk memperoleh kesimpulan secara statistik tentang bagaimana hubungan asupan energi, aktivitas fisik dan riwayat keluarga dengan obesitas sentral pada orang dewasa di Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah disimpulkan dari latar belakang yang telah diuraikan dengan melakukan penggabungan hasil penelitian sejenis melalui meta analisis untuk mengetahui bagaimana hubungan asupan energi, aktivitas fisik dan riwayat keluarga dengan obesitas sentral pada orang dewasa di Indonesia?

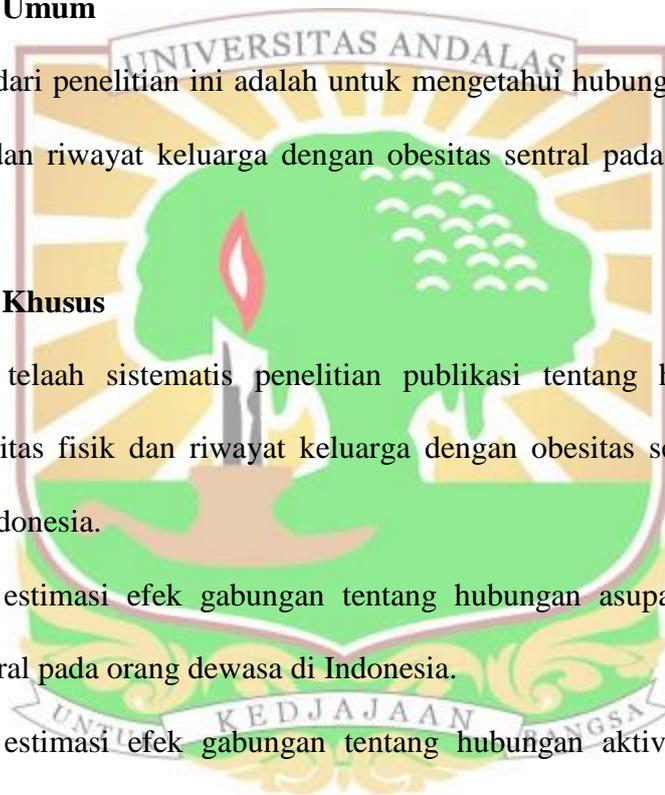
1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan energi, aktivitas fisik dan riwayat keluarga dengan obesitas sentral pada orang dewasa di Indonesia

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui telaah sistematis penelitian publikasi tentang hubungan asupan energi, aktivitas fisik dan riwayat keluarga dengan obesitas sentral pada orang dewasa di Indonesia.
2. Mengetahui estimasi efek gabungan tentang hubungan asupan energi dengan obesitas sentral pada orang dewasa di Indonesia.
3. Mengetahui estimasi efek gabungan tentang hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa di Indonesia.
4. Mengetahui estimasi efek gabungan tentang hubungan riwayat keluarga dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa di Indonesia.



1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk dijadikan sebagai bahan referensi mengenai obesitas sentral khususnya mengetahui estimasi efek gabungan tentang hubungan asupan energi, aktivitas fisik dan riwayat keluarga dengan obesitas sentral pada orang dewasa di Indonesia

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam bidang kesehatan serta dapat dijadikan sumber bagi pengembangan penanggulangan kejadian obesitas sentral di Indonesia.

1.4.3 Manfaat Bagi Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan khususnya gizi dan menjadi referensi bagi mahasiswa yang melakukan kajian atau penelitian mengenai obesitas sentral

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini untuk mengetahui faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian obesitas sentral di Indonesia dengan mengkaji penelitian berupa artikel yang telah terpublikasi secara *online* dalam kurun waktu dari tahun 2010 – 2020. Variabel independen dalam penelitian ini adalah asupan energi, aktivitas fisik, riwayat keluarga dan variabel dependen adalah kejadian obesitas sentral.

Metode pada penelitian ini menggunakan metode meta analisis. Proses analisis dalam penelitian ini menggunakan RevMan 5.4 untuk melihat penggabungan secara statistik antara variabel independent dan variabel dependen dalam penelitian ini.