

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Meningkatnya angka kejadian *overweight* dan obesitas menjadi salah satu masalah kesehatan dunia, terutama pada negara maju dan negara berkembang.⁽¹⁾ Kegemukan dan obesitas sudah dialami oleh hampir seluruh golongan usia, baik itu pada balita, anak-anak, remaja, dewasa dan lansia.⁽²⁾ Peningkatan obesitas pada anak dan remaja saat ini sejajar dengan orang dewasa.⁽²⁾ Anak-anak dan remaja yang obesitas berisiko tinggi mengembangkan berbagai masalah kesehatan.⁽¹⁾ Remaja yang mengalami obesitas 80% berpeluang untuk mengalami obesitas pula pada saat dewasa.⁽³⁾

Kegemukan dan obesitas yang dilami sejak masa anak-anak dan remaja mempunyai risiko yang lebih besar terkena penyakit-penyakit metabolik penyakit degeneratif seperti hipertensi, stroke, *infark myokard acute*, gagal jantung, diabetes mellitus, *obstructive sleep apnea*, gangguan pada tulang di masa yang akan datang dan dapat menentukan derajat kesehatan pada tahap usia selanjutnya.⁽⁴⁾ Obesitas merupakan salah satu penyebab yang dapat menurunkan kualitas sumberdaya manusia di masa mendatang, yang merupakan prioritas pembangunan nasional.⁽⁵⁾

Prevalensi *overweight* dan obesitas telah meningkat hampir tiga kali lipat dari tahun 1975-2016.⁽¹⁾ Prevalensi obesitas di dunia pada tahun 2016 lebih dari 1,9 milyar orang dewasa usia 18 tahun keatas mengalami *overweight* dan lebih dari 650 juta orang dewasa mengalami obesitas.⁽¹⁾ Prevalensi *overweight* dan obesitas pada anak-anak dan

remaja usia 5-19 tahun meningkat secara drastis dari 4% tahun 1975 menjadi 18% tahun 2016.⁽¹⁾

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi *overweight* dan obesitas di Indonesia secara nasional dari tahun 2010–2013 pada remaja usia 13-18 tahun rata-rata mengalami peningkatan, pada usia 13-15 meningkat sebanyak 8,3% (2,5% tahun 2010 dan 10,8% tahun 2013), dan pada usia 16-18 tahun meningkat sebanyak 5,9% (1,4% tahun 2010 dan 7,3% tahun 2013).^(6,7) Kemudian untuk Sumatera Barat pada usia 13-15 tahun mengalami peningkatan sebesar 7,7 % (2,7 % tahun 2010 dan 10,4% tahun 2013), begitu juga pada prevalensi usia 16-18 tahun mengalami peningkatan sebesar 6% (1,5% tahun 2010 dan 7,5% tahun 2013).^(6,7)

Prevalensi di Kota Padang berdasarkan Riskesdas 2013 pada usia 13-15 tahun yaitu sebesar 11,3%, lebih tinggi 0,9% dari prevalensi Sumatera Barat.⁽⁷⁾ Pada usia 16-18 tahun prevalensi *overweight* dan obesitas sebesar 7,8%, lebih tinggi 0,3% dibandingkan dengan prevalensi Sumatera Barat.⁽⁷⁾ Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang, melalui penjangkauan kesehatan murid SMA/SMK/MA se Kota Padang tahun 2016, diketahui bahwa salah satu puskesmas dengan kejadian *overweight* dan obesitas tinggi adalah Puskesmas Air Tawar, dimana di wilayah kerjanya terdapat tiga SMA, dan SMA Pembangunan memiliki persentase tertinggi yaitu 20,7% siswa nya mengalami *overweight* dan obesitas.⁽⁸⁾

Penyebab utama dari obesitas belum dapat dipastikan, karena obesitas dapat disebabkan oleh beberapa faktor atau multifaktor. Faktor- faktor tersebut diantaranya

faktor genetik, kebiasaan makan, aktivitas fisik dan faktor lingkungan, sosial-ekonomi dan budaya.^(9,10)

Remaja banyak menghabiskan waktunya di luar rumah seperti di sekolah, jauh dari pantauan orang tua, pengaruh teman sebayanya sangatlah besar terhadap jenis makanan dan kebiasaan makan.⁽¹¹⁾ Makanan jenis camilan atau snack mudah didapatkan di sekolah dan harga makanan jajanan yang relatif terjangkau dengan besar uang saku yang dikeluarkan untuk membelinya.⁽¹¹⁾ *Snacking* (kebiasaan ngemil) akan menyebabkan tingginya asupan lemak jenuh dan total energi apabila tidak diimbangi dengan pengurangan makanan utama. Selain itu *snacking* dapat menyebabkan pola makan yang tidak teratur.⁽¹²⁾ Makanan jenis camilan atau makanan ringan ini padat kalori dan rendah kandungan zat gizi lain (vitamin dan mineral).⁽¹¹⁾

Mengonsumsi makanan ringan atau camilan dengan frekuensi yang sering, tanpa memperhatikan jenis camilannya berpotensi menaikkan berat badan.⁽¹³⁾ Jumlah camilan yang dikonsumsi biasanya lebih sedikit bila dibandingkan dengan jumlah makanan pada menu utama, namun mengonsumsi camilan dengan frekuensi yang sering dapat menjadikan jumlah kalori yang dikonsumsi setara dengan saat konsumsi menu utama.⁽¹³⁾

Hasil penelitian Adrian Pramono dan Sulchan tahun 2014, kontribusi makanan jajanan lokal dan makanan *western fast food* memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian obesitas pada remaja dan berisiko 3,2 kali menyebabkan obesitas pada remaja.⁽¹⁰⁾ Kemudian pada penelitian Syarifatun Nur Aini di Semarang tahun 2012

menyatakan adanya hubungan antara frekuensi kudapan ($p=0,020$) dengan kejadian gizi lebih pada remaja di perkotaan.⁽¹⁷⁾

Penyebab lain obesitas adalah meningkatnya Perilaku kurang gerak atau *sedentary behaviour*.⁽¹⁰⁾ Kemajuan teknologi seperti televisi, komputer, dan internet mengakibatkan anak menjadi malas bergerak, hal ini menyebabkan meningkatnya Perilaku kurang gerak pada remaja.⁽¹⁴⁾

Data Riskesdas 2013 secara nasional menurut karakteristik kelompok umur, remaja pada usia 15-19 tahun memiliki angka paling tinggi pada proporsi perilaku sedentari 3-5,9 jam.⁽⁷⁾ Sumatera Barat berada pada urutan ke-17 provinsi yang memiliki aktifitas fisik rendah sebanyak (28,8%).⁽⁷⁾ Penelitian yang dilakukan Arundhan dan Juli, perilaku sedentari merupakan faktor risiko kejadian obesitas pada siswa di Yogyakarta dan Bantul yang memberi kontribusi sekitar 10,95% dengan besarnya risiko 5,15 kali pada siswa dengan durasi sedentari yang lebih panjang.⁽¹⁴⁾

Faktor sosial-ekonomi juga merupakan salah satu penyebab terjadinya obesitas, sosial ekonomi keluarga adalah keadaan keluarga dilihat dari pendidikan orang tua, pendapatan orang tua, status pekerjaan orang tua, dan jumlah anggota keluarga.⁽¹⁵⁾ Kelas sosial dan status sosial ekonomi mempengaruhi prevalensi terjadinya *overweight*.⁽¹⁵⁾ Pendapatan keluarga yang tinggi dapat merubah kebiasaan makan ,yaitu terjadinya peningkatan asupan lemak dan protein hewani serta gula, diikuti penurunan asupan lemak, protein nabati dan karbohidrat.⁽¹⁶⁾ Pendapatan keluarga juga berhubungan dengan kebiasaan makan diluar rumah dengan makanan yang biasanya tinggi lemak.⁽¹⁵⁾

Peningkatan pendapatan orangtua dapat mempengaruhi pemilihan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi.⁽¹⁶⁾ Peningkatan kesejahteraan masyarakat yang diikuti oleh peningkatan pendidikan dapat mengubah gaya hidup dan pola makan tradisional ke pola makan makanan praktis dan siap saji yang dapat menimbulkan asupan gizi yang tidak seimbang yang akan menimbulkan obesitas.⁽¹⁶⁾ Hasil data Riskesdas tahun 2010 karakteristik responden yang mengalami *overweight* dan obesitas menurut pekerjaan kepala keluarga tertinggi yaitu kepala keluarga yang bekerja sebagai Pegawai disusul wiraswasta masing-masing 4,1% dan 3,2%.⁽⁶⁾

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Pembangunan Padang, terlihat cukup banyak siswa yang memiliki tubuh gemuk. SMA Pembangunan terletak di lokasi yang cukup strategis yaitu di lingkungan pendidikan dan perkotaan. Hasil wawancara dengan 12 orang siswa yang dipilih secara acak, tujuh siswa diantaranya memiliki berat badan yang berlebih. Mereka menyatakan bahwa rata-rata siswa yang bersekolah di SMA Pembangunan berasal dari keluarga dengan perekonomian menengah keatas. Enam orang siswa memiliki orang tua yang bekerja sebagai PNS (Pegawai Negeri Sipil) baik ayah maupun ibunya, empat orang siswa orang tuanya bekerja sebagai wiraswasta, satu orang siswa ayahnya bekerja sebagai petani dan satu orang siswa ayahnya bekerja sebagai buruh.

Makanan yang dijual di kantin dan biasa dibeli oleh siswa kebanyakan jenis camilan seperti gorengan (bakwan, tahu, risoles) dan snack pabrikan. Dari 12 orang siswa yang diwawancarai mengaku sering mengonsumsi camilan, baik di sekolah maupun di rumah.

Siswa mengaku bahwa mereka sering berperilaku kurang gerak, seperti duduk main laptop, menonton atau memainkan handphone mereka. Untuk jam pelajaran olahraga hanya diberikan dua jam pelajaran setiap minggu nya atau sekitar 90 menit, ini tidak mencukupi aktivitas fisik yang sebaiknya dilakukan selama 30 menit setiap hari.

Berdasarkan latar belakang inilah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pola konsumsi camilan, Perilaku kurang gerak, dan pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMA Pembangunan Padang Tahun 2018.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini yaitu apakah ada hubungan pola konsumsi camilan, Perilaku kurang gerak, dan pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMA Pembangunan Padang Tahun 2018?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pola konsumsi camilan, Perilaku kurang gerak, dan pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMA Pembangunan Padang Tahun 2018.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi siswa berdasarkan pola konsumsi camilan siswa SMA Pembangunan Padang tahun 2018 pada kasus dan kontrol
2. Mengetahui distribusi frekuensi siswa berdasarkan Perilaku kurang gerak siswa SMA Pembangunan Padang tahun 2018 pada kasus dan kontrol

3. Mengetahui distribusi frekuensi siswa berdasarkan pendapatan orang tua siswa SMA Pembangunan Padang tahun 2018 pada kasus dan kontrol
4. Mengetahui hubungan pola konsumsi camilan dengan risiko kejadian gizi lebih siswa SMA Pembangunan Padang tahun 2018 antara kasus dan kontrol
5. Mengetahui hubungan Perilaku kurang gerak dengan risiko kejadian gizi lebih siswa SMA Pembangunan Padang tahun 2018 antara kasus dan kontrol
6. Mengetahui hubungan pendapatan orang tua dengan risiko kejadian gizi lebih siswa SMA Pembangunan Padang tahun 2018 antara kasus dan kontrol

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini mampu menambah pengalaman dan pengetahuan mengenai hubungan beberapa faktor terhadap kejadian gizi lebih (*overweight* dan obesitas). Serta dapat menerapkan ilmu yang didapat selama perkuliahan.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu kesehatan masyarakat khususnya gizi masyarakat dan menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dan mendapat tambahan informasi untuk memperluas pengetahuan tentang hubungan pola konsumsi camilan, Perilaku kurang gerak dan pendapatan orang tua dengan kejadian gizi lebih.

1.4.3 Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk mengontrol kebiasaan konsumsi camilan dan perilaku sedentari

1.4.4 Bagi Sekolah

Hasil penelitian dapat memberi manfaat bagi pihak sekolah untuk menambah pengetahuan tentang obesitas dan memberikan informasi penting pada sekolah tempat penelitian untuk acuan bahan dasar penelitian selanjutnya dalam rangka, mengembangkan ilmu pengetahuan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bersifat analitik dengan desain *case control*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Pembangunan Padang. Sampel diambil secara *simple random sampling* untuk kelompok kasus dan untuk kelompok kontrol dengan *purposive sampling* menggunakan *matching* menurut jenis kelamin. Data berat badan, tinggi badan, pola konsumsi camilan, Perilaku kurang gerak dan pendapatan orangtua didapatkan secara langsung. Penimbangan berat badan menggunakan timbangan digital dan pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoice*. Data frekuensi konsumsi camilan didapatkan melalui wawancara menggunakan *Semi Quantitative- Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)*. Data Perilaku kurang gerak didapatkan melalui wawancara dengan menggunakan *Adolescent Sedentary Actuvuty Questionnaire (ASAQ)*. Data pendapatan orangtua didapatkan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada siswa.

