

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Era globalisasi telah mengubah pola konsumsi dan gaya hidup masyarakat. Mereka lebih memilih makanan yang mengandung lemak dan kalori tinggi dengan serat rendah (Nugrahaeni, 2011; Khomsan, 2008). Berdasarkan penelitian di Amerika dalam beberapa dekade terakhir ini, sekitar 70% dewasa menghabiskan waktu luangnya dengan duduk (Owen N, dkk., 2010). Tanpa disadari, kebiasaan di atas berdampak pada kelebihan berat badan atau obesitas yang akan berujung dengan penyakit degeneratif seperti diabetes mellitus, dislipidemia, dan kardiovaskuler (Khomsan, 2008). Penyakit-penyakit ini merupakan penyakit tidak menular (PTM) yang kejadiannya makin meningkat setiap dekade. Menurut data dari Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) tahun 2009, kejadiannya mengalami peningkatan dari 41,7% (1995) menjadi 49,9% (2001), dan 59,5% (2007).

Obesitas sudah menjadi masalah serius di dunia termasuk di negara berkembang, kejadiannya sudah mengalami kenaikan dua kali lipat sejak 1980 (Misra, dkk., 2009; WHO, 2015). Obesitas sentral merupakan salah satu tipe obesitas. Keadaan ini berhubungan dengan peningkatan lemak intraabdomen melebihi lemak subkutan yang dihubungkan dengan penambahan usia, dimana mencapai puncaknya ketika usia 59 tahun (Villareal, dkk., 2005). Asupan makronutrien yang melebihi batas normal dari kebutuhan individu akan menimbulkan penumpukan lemak terutama di bagian viseral perut, karena seiring

dengan pertambahan usia akan terjadi deposisi lemak ke bagian visceral perut sehingga ukuran lingkaran pinggang seseorang akan meningkat (Sugianti, 2009; Bub, dkk., 2013, Gibney, dkk., 2008; Hidayatulloh, dkk., 2011). Obesitas tipe ini merupakan faktor resiko yang berkaitan erat dengan beberapa penyakit kronis (Riskesdas Sumbar, 2007; Sudoyo, dkk., 2009). Untuk laki-laki dengan lingkaran pinggang (LP) > 90 cm atau perempuan dengan LP >80 cm dinyatakan sebagai obesitas sentral (Riskesdas, 2013).

*World Health Organization* (2015) mendapatkan pada tahun 2014 kejadian obesitas sebesar 13%. Penelitian di California tahun 2013 menemukan bahwa rata-rata LP meningkat 0,37% per tahun pada perempuan, dan 0,27% per tahun pada laki-laki. Penelitian di Iran tahun 2007 menemukan prevalensi obesitas sentral pada perempuan sebesar 54,5%, sementara itu pada laki-laki sebesar 12,9%. Di Indonesia, prevalensi obesitas sentral mengalami peningkatan dari tahun 2007 sebesar 18,8% menjadi 26,6% pada tahun 2013. Sebanyak 18 provinsi memiliki prevalensi obesitas sentral di atas angka nasional (26,6%), salah satunya Sumatera Barat yaitu sebesar 30%, dimana kabupaten Agam memiliki prevalensi sebesar 17,7% pada tahun 2007, menduduki urutan ke-7 dari keseluruhan kota/kabupaten di provinsi Sumatera Barat (Riskesdas, 2013; Riskesdas Sumbar, 2007). Prevalensi obesitas sentral pada perempuan lebih tinggi dari pada laki-laki, dimana kejadiannya ditemukan sebesar 52,2% pada perempuan, dan 47,8% pada laki-laki (Riskesdas Sumbar, 2007; Pujiati, 2010). Peningkatan ukuran lingkaran pinggang akan meningkatkan kejadian obesitas sentral. Kenaikan prevalensi ini harus mendapat perhatian serius serta penanggulangan yang baik dari berbagai

pihak, agar morbiditas dan mortalitas akibat penyakit-penyakit kronis dapat diturunkan (Gibney, dkk., 2008).

Asupan makronutrien perhari harus memenuhi kebutuhan kalori per hari masing-masing individu. Kebutuhan kalori per individu mencakup kebutuhan karbohidrat, protein, dan lemak berturut-turut sebesar 45-65%, 10%, dan 20-25% dari kalori total. Asupan makronutrien yang berlebihan di dalam tubuh akan disimpan sebagai lemak dalam jaringan lemak di dalam tubuh. Pertambahan usia akan mengubah berbagai sistem fisiologi tubuh, lemak akan disimpan terutama pada bagian viseral perut. Hal ini akan mengakibatkan ukuran lingkaran pinggang semakin meningkat dan terjadi obesitas sentral (Sugianti, 2009; Bub, dkk., 2013, Gibney, dkk., 2008; Hidayatulloh, dkk., 2011).

Berdasarkan data-data di atas diperoleh bahwa prevalensi obesitas sentral meningkat dari tahun ke tahun. Dari penelitian sebelumnya pada tahun 2013 oleh Burhan, dkk. menemukan konsumsi makronutrien berpengaruh terhadap obesitas sentral. Responden dengan asupan karbohidrat yang tinggi 4,2 kali lebih beresiko terkena obesitas sentral, dan responden dengan asupan lemak yang tinggi 9,3 kali lebih beresiko terkena obesitas sentral dari pada responden dengan asupan lemak yang rendah dan cukup.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan jumlah asupan makronutrien terhadap kejadian obesitas sentral pada wanita di atas 40 tahun di Tabek Panjang, kabupaten Agam mengingat adanya transisi gizi dan belum pernah dilakukan penelitian di daerah ini, serta belum ada data terbaru mengenai obesitas sentral di daerah kabupaten.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan jumlah asupan makronutrien terhadap kejadian obesitas sentral pada wanita di atas 40 tahun di Tabek Panjang, kabupaten Agam.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan jumlah asupan makronutrien terhadap kejadian obesitas sentral pada wanita di atas 40 tahun di Tabek Panjang, kabupaten Agam.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Untuk mengetahui distribusi frekuensi jumlah asupan makronutrien pada wanita di atas 40 tahun di Tabek Panjang, kabupaten Agam.

1.3.2.2 Untuk mengetahui distribusi frekuensi obesitas sentral berdasarkan ukuran lingkaran pinggang pada wanita di atas 40 tahun di Tabek Panjang, kabupaten Agam.

1.3.2.3 Untuk mengetahui hubungan jumlah asupan makronutrien terhadap kejadian obesitas sentral pada wanita di atas 40 tahun di Tabek Panjang, Kabupaten Agam.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

1. Bagi klinisi, dapat memberikan kontribusi ilmu pengetahuan mengenai hubungan jumlah asupan makronutrien terhadap kejadian obesitas sentral.
2. Bagi peneliti lain, dapat menjadi data dasar untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan bidang ini agar menjadi lebih jelas.

3. Bagi masyarakat, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk melakukan tindakan preventif berupa edukasi tentang obesitas sentral. Dengan demikian, kejadian obesitas sentral dan kualitas hidup masyarakat dapat ditingkatkan dengan terhindarnya komplikasi yang mungkin terjadi.
4. Bagi institusi, diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kemajuan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai kampus yang ikut berperan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan.

