

# BAB 1 : PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Penumpukan lemak berlebih di dalam tubuh adalah keadaan abnormal yang dikenal sebagai obesitas, yang dapat mengganggu kesehatan. Menurut *World Health Organization* (WHO) dari 1 miliar orang, 390 juta remaja mengalami obesitas pada tahun 2022. Kegemukan, yang juga disebut sebagai obesitas, adalah epidemi global, yang mempengaruhi 16% remaja berusia antara 13 dan 15 tahun dan 13,5% dari mereka yang berusia antara 16 dan 18 tahun.

Menurut Survei Kesehatan Indonesia 2023, 12,1% remaja Indonesia berusia 13 hingga 15 tahun memiliki status gizi lebih, sementara 4,1% memiliki kondisi gizi obesitas. Di Provinsi Sumatera Barat, di antara remaja berusia 13 hingga 15 tahun, persentase remaja yang mengalami kelebihan berat badan dan obesitas masing-masing sebesar 10,6% dan 4,1% pada tahun yang sama.<sup>(1)</sup>

Masa antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang dikenal sebagai masa remaja ditandai dengan perubahan fisik, sosial, dan emosional seseorang. Menurut WHO, remaja mengalami masa perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial yang cepat pada masa ini. Sementara remaja didefinisikan oleh Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 25 tahun 2014 sebagai penduduk yang berusia antara 10 hingga 18 tahun<sup>(2)</sup>, WHO (2022) mendefinisikan remaja sebagai periode antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang mencakup usia 10 hingga 19 tahun.

Remaja yang sehat tidak hanya menunjukkan kesehatan fisik, tetapi juga kesehatan mental dan sosial. Kondisi mental, sosial, dan fisik yang baik akan

menghasilkan kualitas hidup yang baik. Obesitas adalah salah satu masalah kesehatan yang sering dihadapi remaja.

Obesitas biasanya disebabkan oleh berbagai faktor yang biasanya berpengaruh dengan kehidupan sehari-hari seperti pola makan, pola hidup, aktivitas fisik, psikologis, dan hubungan sosial. Terlalu banyak makan akan menyebabkan penambahan berat badan terutama jika makanan yang dikonsumsi banyak mengandung lemak dan gula, seperti misalnya makanan siap saji, makanan yang digoreng, dan manisan. Selain itu aktivitas fisik yang kurang dalam kurun waktu yang lama bisa meningkatkan berat badan dan lemak di perut dan menyebabkan obesitas.

Keadaan obesitas dapat menimbulkan dampak-dampak negatif yaitu penyakit degeneratif seperti diabetes mellitus tipe 2, *dyslipidemia*, penyakit jantung, atherosclerosis, gangguan ortopedi, *obstructive sleep apnea*, dan hipertensi.<sup>(3)</sup> Selain itu remaja dengan obesitas ini bisa berdampak buruk terhadap perkembangan sosial dan psikososial yaitu cenderung menyendiri, merasa rendah diri, dan depresi. Pada umumnya anak dengan obesitas memiliki persepsi diri yang negatif maupun rendah diri dan menjadi bahan ejekan teman-temannya, menjadi penyebab anak dengan obesitas jarang bermain dengan teman-temannya.<sup>(4)</sup>

Budaya memiliki peran penting dalam membentuk pandangan terhadap obesitas. Dalam beberapa budaya, seperti etnis Bugis, obesitas dianggap sebagai simbol kesejahteraan dan status sosial<sup>(5)</sup>. Namun, secara umum masyarakat sering memberikan stigma negative kepada orang yang obesitas, menganggap mereka malas dan tidak disiplin. Stigma ini dapat menyebabkan diskriminasi dalam berbagai aspek kehidupan. Selain itu, dampak psikologis seperti rendahnya harga diri dan kecemasan juga sering dialami oleh orang obesitas akibat stigma tersebut<sup>(6)</sup>.

Dalam penelitian Mohamed dkk (2022), dijelaskan bahwa banyak dampak dari obesitas yang sebelumnya dianggap didominasi oleh orang dewasa, sekarang dapat juga terjadi pada anak-anak. Anak-anak dengan obesitas tiga kali lebih rentan terhadap hipertensi dibandingkan anak dengan berat badan normal.<sup>(7)</sup>

*World Health Organization* (WHO) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu tentang posisi mereka dalam kehidupan sehubungan dengan konteks budaya dan sistem nilai dimana mereka hidup dan dalam kaitannya dengan tujuan, harapan, standar dan faktor lainnya. Kesehatan fisik, status psikologis, tingkat kebebasan, hubungan sosial, dan lingkungan merupakan permasalahan dalam kualitas hidup yang sangat luas dan kompleks. Dalam mengukur kualitas hidup seseorang, WHO mengembangkan sebuah instrumen yaitu WHOQOL-BREF. Instrumen ini mengukur kualitas hidup seseorang yang didasarkan pada 4 domain yaitu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan hubungan dengan lingkungan.<sup>(8)</sup>

Kualitas hidup berperan penting dalam memengaruhi kehidupan seseorang, yaitu mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan yang secara langsung berdampak pada kesejahteraan individu. Seseorang dengan kualitas hidup yang baik cenderung mampu menjalani aktivitas sehari-hari secara optimal, memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi, serta lebih mudah dalam menghadapi tantangan dan stres kehidupan. Sebaliknya, kualitas hidup yang rendah dapat menyebabkan gangguan kesehatan fisik dan mental, menurunkan motivasi, serta membatasi kemampuan individu dalam mengembangkan potensi dirinya.<sup>(9)</sup>

Selain itu, hubungan sosial yang positif juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan kualitas hidup. Dukungan sosial yang baik dapat memperkuat kesehatan mental, membantu individu mengatasi stress, serta meningkatkan kesejahteraan secara

keseluruhan<sup>(9)</sup>. Faktor eksternal lain seperti akses terhadap layanan kesehatan dan lingkungan yang mendukung juga berperan dalam menentukan kualitas hidup seseorang, sehingga upaya untuk meningkatkan aspek-aspek ini menjadi sangat penting untuk mencapai kesejahteraan yang lebih baik..

Kualitas hidup merupakan aspek yang digunakan untuk menggambarkan kondisi kesehatan seseorang. Kualitas hidup merupakan indikator penting dalam penilaian keberhasilan intervensi pelayanan kesehatan sebagai acuan keberhasilan dari suatu tindakan, intervensi atau terapi terutama pada penyakit kronis. Gilman dan Huebner (dalam Kumcagiz & Sahin, 2017) mengungkapkan bahwa kualitas hidup pada remaja sangat penting karena kualitas hidup remaja yang tinggi cenderung mengalami masalah fisik dan psikologis yang lebih rendah jika dibandingkan dengan remaja yang kualitas hidupnya rendah.<sup>(10)</sup> Oleh karena itu, kualitas hidup menjadi bagian penting dalam perkembangan kesehatan remaja.

Kualitas hidup sangat penting bagi setiap individu begitu juga dengan remaja. Kualitas hidup remaja dinilai dari beberapa aspek. Diantaranya adalah aspek kesehatan fisik, aspek kondisi psikologis, aspek hubungan sosial, dan aspek lingkungan. Aspek kesehatan fisik dilihat dari kondisi kesehatan, energi dalam beraktivitas, dan kemampuan dalam melakukan pekerjaan. Aspek psikologis dilihat dari bagaimana pandangan seseorang terhadap diri dan masa depannya, upaya seseorang menghargai dirinya, dan cara menilai diri mereka sendiri. Aspek hubungan sosial dilihat dari bagaimana kemampuan sosial seseorang terhadap orang maupun lingkungan sekitarnya. Sedangkan untuk aspek lingkungan dilihat dari kondisi lingkungan mereka tinggal.<sup>(8)</sup>

Kualitas hidup pada remaja perlu mendapatkan perhatian dikarenakan dampak yang ditimbulkan dari obesitas tersebut sangat banyak. Berdasarkan penelitian yang

dilakukan oleh Baile dkk (2020), penelitian yang dilakukan terhadap remaja Spanyol, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kategori obesitas dan berat badan normal, remaja yang mengalami obesitas menunjukkan skor rata-rata secara signifikan lebih rendah dalam kualitas hidup daripada mereka yang memiliki berat badan normal.<sup>(11)</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Meixner dkk (2020), anak-anak dan remaja Jerman dengan kelebihan berat badan atau obesitas berpengaruh terhadap kualitas hidup kesehatan dengan domain fisik dan psikologis. Penurunan berat badan dapat menyebabkan tingkat kualitas hidup kesehatan fisik dan psikologis menjadi naik.<sup>(12)</sup>

Tingkat kecemasan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup. Penelitian oleh Dedi (2019) menunjukkan bahwa selama pandemi Covid-19, tingkat kecemasan yang tinggi dapat menurunkan kualitas hidup individu, dengan hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi 0,000 yang menandakan adanya hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut.<sup>(13)</sup> Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Heng dkk (2022) menemukan adanya hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas hidup pada remaja dengan nilai p value = 0,000 ( $<0,005$ ), yaitu didapatkan hasil semakin tinggi kualitas hidup siswa maka semakin rendah kecemasan yang dialami.<sup>(14)</sup>

Dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan kualitas hidup seorang remaja. Penelitian yang dilakukan di RS Hermina Kemayoran Jakarta menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup pada remaja penderita thalassemia beta mayor. Hasil penelitian menunjukkan nilai p = 0,033, yang berarti dukungan keluarga berkontribusi positif terhadap kualitas hidup remaja.<sup>(15)</sup>

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang dari hasil rekapitulasi skrining kesehatan peserta didik di Kota Padang, terdapat peningkatan signifikan jumlah siswa SMP yang mengalami obesitas dalam tiga tahun berturut-turut. Terdapat masalah obesitas tertinggi pada peserta didik SMP di wilayah kerja puskesmas Lubuk Kilangan.

Data Dinas Kesehatan Kota Padang tercatat rekapitulasi hasil penjarangan kesehatan pemeriksaan peserta didik, pada tahun 2021-2022, tercatat 24 siswa mengalami obesitas, yang meningkat menjadi 34 siswa pada tahun 2022-2023. Peningkatan yang sangat drastis terjadi pada tahun 2023-2024, di mana jumlah siswa obesitas meningkat menjadi 133 orang di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan.

Berdasarkan data yang diperoleh di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan, SMPN 21 Kota Padang memiliki prevalensi kejadian obesitas tertinggi pada remaja SMP, dengan jumlah kasus mencapai 78 siswa.

Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 8 orang siswa obesitas di SMPN 21 Kota Padang masing-masing anak memiliki jawaban yang hampir sama. 6 anak mengatakan bahwa mereka kesulitan dalam hubungan sosialnya dan cenderung menyendiri. 1 dari anak obesitas mengatakan sering ngorok, 3 anak diantaranya sering mengompol. 2 anak mengatakan sering sakit dan terkadang libur sekolah karena harus berobat. Untuk mengikuti pelajaran, 8 anak tidak mengalami masalah karena anak-anak banyak berasal dari orang tua yang berpendidikan, sosial ekonomi yang tinggi, sepulang sekolah anak diikutkan bimbingan belajar.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian mengenai faktor apa saja yang berhubungan dengan kualitas hidup pada remaja di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang di Kota Padang tahun 2025.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apa saja yang menjadi faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup pada Remaja Obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kualitas hidup pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi jenis kelamin pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025.
3. Untuk mengetahui distribusi frekuensi dukungan keluarga pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025.
4. Untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025.
5. Untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025.
6. Untuk mengetahui hubungan jenis kelamin dengan kualitas hidup pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025.
7. Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025.

8. Untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas hidup pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025.
9. Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kualitas hidup pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang tahun 2025.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan masyarakat, khususnya terkait hubungan obesitas dengan kualitas hidup remaja.

### **1.4.2 Manfaat Akademis**

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa dan peneliti lain yang ingin mengeksplorasi lebih dalam tentang obesitas dan kualitas hidup, baik dari perspektif yang sama maupun berbeda.

### **1.4.3 Manfaat Praktis**

1. Bagi Peneliti
  - a. Sebagai sarana penelitian dalam menerapkan ilmu riset Kesehatan Masyarakat yang didapatkan selama perkuliahan.
  - b. Menambah wawasan, pengetahuan, dan keterampilan peneliti.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
 

Hasil penelitian diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai referensi penelitian selanjutnya terkait dengan kualitas hidup remaja serta hasil penelitian ini dapat menjadi bahan untuk perbandingan dengan penelitian berikutnya.
3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi sumber informasi sebagai bahan bacaan dan wawasan untuk mahasiswa.

### 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup pada remaja obesitas di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang. Subjek penelitian adalah remaja dengan obesitas yang merupakan siswa SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 106 orang, yang terdiri dari remaja dengan obesitas. Dari jumlah tersebut, sampel penelitian ditentukan dengan total sampling sehingga responden berjumlah 106 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2024 s/d Juli 2025 di SMPN 21 dan SMPN 11 Kota Padang.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, gambaran karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, tingkat kecemasan, dukungan keluarga. Kualitas hidup remaja dengan obesitas diukur dengan menggunakan instrumen WHOQOL-BREF yang memiliki 4 domain kualitas hidup (fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan) kemudian disimpulkan menjadi kualitas hidup buruk dan baik. Serta melihat hubungan antara variabel independen (jenis kelamin, tingkat kecemasan, dukungan keluarga) dengan variabel dependen (kualitas hidup remaja dengan obesitas). Data yang didapatkan akan dianalisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.