

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas adalah penumpukan lemak yang berlebihan atau tidak normal di dalam tubuh yang dapat mengganggu kesehatan. Obesitas merupakan masalah kesehatan yang terjadi di negara berpenghasilan tinggi maupun di negara berkembang, obesitas mengalami peningkatan akibat perubahan pola makan dan gaya hidup sedentari (*sedentary lifestyle*). Jika *sedentary lifestyle* terus berlanjut, prevalensi obesitas global diperkirakan mencapai 18% pada laki-laki dan melebihi 21% pada perempuan pada tahun 2025.¹

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2022 tercatat 2,5 miliar orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, termasuk lebih dari 890 juta orang dewasa yang mengalami obesitas. Tingkat prevalensi kelebihan berat badan berbeda antar wilayah, yakni 31% di Asia Tenggara dan Afrika, serta 67% di wilayah Amerika.² Pada periode 1990 hingga 2022, persentase obesitas secara global pada populasi dewasa berusia 18 tahun ke atas meningkat dari 7% menjadi 16%.³ Prevalensi obesitas di Indonesia pada penduduk berusia lebih dari 18 tahun mengalami kenaikan dari 21,8% pada tahun 2018 menjadi 23,4% pada tahun 2023. Provinsi dengan prevalensi obesitas tertinggi adalah DKI Jakarta (31,8%), Papua (31,3%), serta Sulawesi Utara (30,6%).⁴ Prevalensi obesitas sentral di Provinsi Sumatra Barat 32,8%, di Kota Padang 34,18% dengan prevalensi perempuan (50,49%) jauh lebih tinggi dibandingkan laki-laki (15,3%).⁵

Penentuan diagnosis kelebihan berat badan dan obesitas dilakukan melalui pengukuran berat serta tinggi badan seseorang, kemudian menghitung indeks massa tubuh (IMT) dengan cara membagi berat badan (kilogram) dengan kuadrat tinggi badan (meter). Lingkar perut juga dapat membantu diagnosis obesitas.² Kwon dan Han (2019) menyatakan bahwa lingkar perut merupakan indikator obesitas yang mencerminkan lemak visceral perut yang mudah diukur.⁶ Lingkar perut disarankan sebagai penanda pengganti obesitas perut yang memberikan perkiraan distribusi jaringan adiposa yang lebih akurat daripada IMT.⁷

Indeks massa tubuh (IMT) tidak membedakan antara massa otot dan massa lemak dan tidak memberikan indikasi apapun mengenai distribusi lemak tubuh.¹ Pengukuran lingkar perut merupakan metode sederhana dan murah untuk menilai distribusi lemak tubuh.⁸ Pengukuran lingkar perut ≥ 90 cm pada laki-laki dan ≥ 80 cm pada perempuan digunakan sebagai indikator obesitas sentral.⁹

Individu dengan IMT dalam rentang normal ($18,5$ - $22,9$ kg/m²) dapat memiliki persentase lemak tubuh yang proporsional atau penumpukan lemak tubuh berlebih yang mungkin ditutupi oleh IMT normal, yang dideskripsikan sebagai *normal weight obesity* (NWO).¹⁰ *Normal weight obesity* (NWO) ditandai dengan peningkatan kadar lemak tubuh total melebihi 30% pada perempuan dan 25% pada laki-laki, meskipun memiliki IMT normal.¹¹ Pada penelitian sebelumnya dijelaskan bahwa persentase lemak tubuh/*body fat percentage* (BFP) individu dengan NWO sama tingginya dengan individu yang mengalami obesitas umum.⁷ Perempuan sering memiliki persentase lemak tubuh yang lebih tinggi daripada laki-laki pada IMT yang sama.⁸

De Lorenzo *et al.* (2016) menyatakan bahwa prevalensi NWO di seluruh dunia mendekati 10% dan prevalensinya lebih tinggi pada perempuan dibanding laki-laki.¹² Wijayatunga dan Dhurandhar (2021) melaporkan diantara orang dewasa dengan berat badan normal, prevalensi NWO antara 29% hingga 46% di berbagai negara.¹³ Kapoor *et al.* (2020) melaporkan NWO pada orang dewasa India sebesar 31,7%.¹⁴ Ji *et al.* (2020) melaporkan NWO pada orang dewasa China sebesar 10,7%.¹⁵ Belum ada laporan mengenai prevalensi NWO di Indonesia.

Obesitas memiliki hubungan yang signifikan dengan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak, yang berpotensi meningkatkan risiko hipertensi.¹⁶ Hipertensi didefinisikan sebagai keadaan ketika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg.¹⁷ Penelitian yang dilakukan Rodriguez *et al.* (2020) mengkaji hubungan NWO dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular, tekanan darah tinggi/hipertensi, obesitas sentral serta kekuatan otot yang lemah pada dewasa muda Latin Amerika.¹⁰ Studi yang dilakukan Gebremedhin *et al.* (2023) pada individu dewasa usia 18-64 tahun di Ethiopia menunjukkan bahwa NWO memiliki hubungan dengan peningkatan risiko hipertensi.¹⁸ Yogesh *et al.* (2024) juga meneliti bahwa terdapat risiko peningkatan

tekanan darah serta gangguan metabolisme pada dokter yang mengalami NWO di Gujarat.¹⁹

Penelitian mengenai hubungan antara ukuran lingkaran perut dan status gizi pada perempuan menunjukkan temuan yang signifikan. Studi yang dilakukan Cho *et al.* (2024) pada perempuan dewasa Korea menunjukkan bahwa lingkaran perut pada kelompok NWO lebih besar dibandingkan dengan kelompok normal.²⁰ Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ashtary-Larky *et al.* (2023) ditemukan pada perempuan muda dengan NWO menunjukkan ukuran lingkaran perut yang lebih besar dibandingkan perempuan muda dengan status gizi normal.²¹

Penelitian ini menggunakan data sekunder dari data penelitian sebelumnya pada perempuan dewasa usia 30-45 tahun di Kota Padang. Pada data penelitian sebelumnya dengan total sampel 96 sampel didapatkan prevalensi NWO sebanyak 20 orang (20,8%), status gizi normal 8 orang (8,3%), dan obesitas 68 orang (70,8%). Pada penelitian primer menggunakan klasifikasi IMT menurut WHO, sedangkan pada penelitian ini menggunakan klasifikasi IMT menurut Asia-Pasifik. Penelitian ini memilih sampel perempuan karena kejadian obesitas dan NWO lebih banyak pada perempuan dibanding laki-laki, dan minimnya penelitian tentang NWO di Indonesia terutama Kota Padang. Pengukuran lemak tubuh dilakukan menggunakan *Bioelectrical Impedance Analysis* (BIA) merek OMRON karena mudah dilakukan, non-invasif, serta penelitian lainnya banyak menggunakan merek yang sama untuk pengukuran lemak tubuh. Penelitian ini juga perlu dilakukan agar lebih memahami deteksi awal masalah kesehatan yang mungkin terabaikan jika hanya mengandalkan IMT sebagai parameter utama. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti ingin mengetahui tentang perbedaan tekanan darah dan lingkaran perut pada perempuan dewasa dengan status gizi normal, *normal weight obesity*, dan obesitas di Kota Padang.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana karakteristik responden perempuan dewasa dengan status gizi normal, *normal weight obesity* (NWO), dan obesitas di Kota Padang?
2. Bagaimana distribusi frekuensi tekanan darah dan lingkaran perut perempuan dewasa dengan status gizi normal, *normal weight obesity* (NWO), dan obesitas di Kota Padang?

3. Apakah terdapat perbedaan tekanan darah pada perempuan dewasa dengan status gizi normal, *normal weight obesity* (NWO) dan obesitas di Kota Padang?
4. Apakah terdapat perbedaan lingkaran perut pada perempuan dewasa dengan status gizi normal, *normal weight obesity* (NWO) dan obesitas di Kota Padang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan tekanan darah dan lingkaran perut pada perempuan dewasa yang berstatus gizi normal, *normal weight obesity* (NWO) dan obesitas di Kota Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik responden perempuan dewasa dengan status gizi normal, *normal weight obesity* (NWO), dan obesitas di Kota Padang
2. Mengetahui distribusi frekuensi tekanan darah dan lingkaran perut perempuan dewasa dengan status gizi normal, *normal weight obesity* (NWO), dan obesitas di Kota Padang
3. Menganalisis perbedaan tekanan darah antara perempuan dewasa berstatus gizi normal, *normal weight obesity* (NWO) dan obesitas di Kota Padang
4. Menganalisis perbedaan lingkaran perut antara perempuan dewasa berstatus gizi normal, *normal weight obesity* (NWO) dan obesitas di Kota Padang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberikan manfaat yang signifikan bagi berbagai pihak. Hasil penelitian ini menambah wawasan dan pengetahuan bagi peneliti dan peneliti lain mengenai hubungan antara status gizi, tekanan darah dan lingkaran perut pada perempuan dewasa. Bermanfaat bagi institusi untuk pengembangan ilmu gizi dan landasan penelitian khususnya pada pengukuran lemak tubuh dan indeks massa tubuh (IMT).

1.4.2 Manfaat bagi Masyarakat

Penelitian ini memberikan manfaat bagi masyarakat berupa kesadaran akan pentingnya skrining lemak tubuh selain mengetahui kadar indeks massa tubuh (IMT) sebagai indikator status kesehatan.