

## BAB 1 : PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Obesitas adalah suatu kondisi dimana terjadinya penimbunan lemak yang berlebihan atau abnormal pada jaringan adiposa yang dapat mengganggu kesehatan.<sup>(1)</sup> Obesitas juga sering disebut dengan berat badan berlebih dan kelebihanannya tidak normal lagi sehingga akan berdampak pada kesehatan. Kejadian obesitas merupakan faktor resiko utama untuk timbulnya berbagai macam penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes mellitus, penyakit jantung koroner, gangguan pernafasan serta penyakit lainnya.<sup>(1)</sup>

Obesitas sampai saat ini masih menjadi masalah global didunia. Menurut *World Health Organization* saat ini satu dari sepuluh anak menderita obesitas dan peningkatan obesitas saat ini sejajar antara anak, remaja dan orang dewasa.<sup>(2)</sup> Menurut Riskesdas, di Indonesia pada tahun 2018 angka prevalensi obesitas di Indonesia yaitu sebesar 21,8%, angka ini meningkat dari tahun 2013 yaitu sebesar 14,8%.<sup>(3,4)</sup> Dengan meningkatnya angka kejadian obesitas dari tahun ketahun maka dapat berakibat buruk ke kondisi kesehatan seseorang. Oleh sebab itu, saat ini diperlukan berbagai macam cara untuk dapat mencegah serta menurunkan angka kejadian obesitas itu sendiri.

Menurut data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa, prevalensi gizi lebih secara nasional pada remaja umur 13-15 tahun di Indonesia sebesar 10,8%, terdiri dari 8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk atau obesitas. Prevalensi gizi lebih pada remaja umur 16-18 tahun mengalami peningkatan yang signifikan dari tahun 2007 sebesar 1,4% menjadi 7,3% pada tahun 2013.<sup>(3)</sup>

Obesitas terjadi akibat adanya penimbunan lemak yang berlebihan dari kebutuhan yang diperlukan fungsi normal tubuh.<sup>(5)</sup> Obesitas seharusnya mendapatkan perhatian serius karena obesitas merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan berbagai penyakit tidak menular seperti stroke, kanker, diabetes mellitus, penyakit kardiovaskular serta penyakit tidak menular lainnya.<sup>(6)</sup>

Obesitas dapat dialami berbagai golongan umur baik itu laki-laki maupun perempuan, akan tetapi remaja merupakan kelompok yang paling rentan terjadinya obesitas.<sup>(7)</sup> Usia remaja (10-18 tahun) merupakan periode yang sangat rentan gizi karena disebabkan berbagai faktor, yaitu remaja memerlukan zat gizi yang tinggi untuk pertumbuhan fisiknya akan tetapi pada saat ini terjadi perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan. Sehingga hal ini apabila tidak diseimbangkan antara asupan makanan dengan aktifitas fisik maka akan berdampak kepada kejadian gizi lebih.<sup>(8)</sup> Apalagi obesitas yang terjadi pada anak, dapat menyebabkan menurunnya kualitas hidup anak tersebut seperti gangguan tidur hingga ke gangguan pernafasan.<sup>(9)</sup>

Remaja merupakan masa yang paling penting dikarenakan pada masa ini terjadi peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini remaja bertanggung jawab dan bebas untuk menentukan makanannya sendiri. Status gizi remaja pada saat ini akan berdampak langsung dengan status gizinya dikemudian hari. Namun pada saat ini pola makan remaja cenderung mengikuti trend gaya hidup modern yang sangat merugikan kesehatan.<sup>(8)</sup>

Remaja tengah (*middle adolescent*) berusia antara 15-17 tahun yang mana merupakan masa dimana perkembangan remaja yang cukup signifikan dikarenakan pada masa ini terjadi perubahan dari segi biologi, emosi, sosial dan kognitif. Perkembangan psikososial dapat berdampak positif terhadap peningkatan perilaku sehat seperti konsumsi makanan sehat dan gaya hidup yang sehat. Perkembangan

Psikososial juga menjadi penyebab utama terjadinya perubahan perilaku makan seperti makan berlebih.<sup>(10)</sup> Menurut Kemenkes RI tahun 2013, penyebab terjadinya obesitas ialah pola makan yang salah, yang mana suka mengonsumsi makanan dalam porsi yang melebihi kebutuhan (tinggi karbohidrat, tinggi lemak, tinggi energi dan rendah serat).<sup>(9)</sup>

Banyak faktor yang dapat menyebabkan resiko terjadinya obesitas seperti dari faktor lingkungan, genetik dan status ekonomi keluarga.<sup>(11)</sup> Faktor lingkungan sendiri termasuk pada pengaturan pola makan dan aktivitas fisik.<sup>(11)</sup> Para peneliti dari Divisi Kedokteran Pencegahan Fakultas Kedokteran Universitas Massachusetts membuktikan bahwa pola makan, frekuensi makan dan kebiasaan makan berkaitan erat dengan resiko kejadian obesitas. Pola makan berlebihan cenderung dimiliki oleh orang yang kegemukan.<sup>(11)</sup> Secara psikologis, orang yang obesitas biasanya lebih responsif dibanding dengan orang yang memiliki berat badan normal terhadap isyarat lapar eksternal seperti rasa atau bau makanan, atau saatnya waktu makan.<sup>(12)</sup>

Dalam pemilihan makanan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti ketersediaan makanan, ekonomi, uang jajan, lingkungan maupun keinginan konsumen itu sendiri. Sebagai konsumen pastinya kita akan selektif terhadap pemilihan makanan itu sendiri baik dari segi kualitas, banyaknya pilihan maupun rasa. Oleh karena itu nantinya dapat dibagi dalam berbagai macam kelas makanan baik makanan kelas 1-3 yang mana kelas makanan ini juga dikategorikan berdasarkan komposisi makanan dan kriteria makanan itu sendiri.<sup>(13)</sup>

Obesitas pada anak berhubungan dengan kebiasaan makan, yang mana pada usia ini anak telah dapat menentukan dan memilih makanan yang mereka sukai. Kebiasaan makan telah menjadi gaya hidup bagi sebagian anak, sehingga sering terjadinya kebiasaan makan yang tidak seimbang dan memiliki dampak yang besar

terhadap terjadinya obesitas pada anak, terutama makanan yang berasal dari karbohidrat, energi dan lemak.<sup>(14)</sup> Asupan karbohidrat, energi dan lemak yang berlebihan ini nantinya dapat menimbulkan berbagai macam penyakit dikemudian harinya. Oleh sebab itu, perlu adanya kontrol terhadap asupan yang dikonsumsi anak perharinya.

Selain kebiasaan makan, yang dapat menyebabkan terjadinya obesitas ialah status sosial ekonomi keluarga. Hal ini dapat dilihat dari tingkat pendidikan, pendapatan orang tua dan besaran uang jajan anak.<sup>(15)</sup> Semakin tingginya pendapatan orang tua maka akan semakin tinggi pula jenis pemilihan makanan dan jumlah makanan yang akan dikonsumsi. Terjadinya peningkatan kemakmuran di masyarakat dan diiringi dengan tingginya pendidikan dapat mengubah pola makan dan gaya hidup.<sup>(16)</sup> Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hidayati menjelaskan bahwa obesitas berhubungan erat dengan status sosial ekonomi keluarga yang tinggi. Orang tua yang berpenghasilan tinggi perbulan akan mempunyai daya beli yang tinggi sehingga dapat memberikan peluang yang lebih besar dalam memilih berbagai macam jenis makanan. Dengan begitu, pemilihan makanan tidak lagi berdasarkan kebutuhan dan pertimbangan kesehatan melainkan kepada rasa makanan yang enak saja.<sup>(17)</sup> Sosial ekonomi keluarga juga dapat mempengaruhi besaran uang jajan yang diberikan kepada anak dalam seharinya.<sup>(17)</sup>

Meskipun dapat terjadi disemua umur, obesitas sering dianggap sebagai kelainan pada umur pertengahan. Obesitas yang muncul pada tahun pertama kehidupan biasanya disertai perkembangan rangka yang cepat dan anak menjadi besar untuk umurnya. Obesitas pada anak sering dijumpai pada keluarga mampu, tetapi akan sulit dijumpai pada keluarga miskin. Jenis kelamin juga berperan dalam

timbulnya obesitas. obesitas lebih umum dijumpai pada wanita, apalagi pada masa-masa pertumbuhan anak-anak.<sup>(11)</sup>

Gaya hidup yang telah canggih saat ini menyebabkan status gizi pada anak menjadi diatas normal (obesitas). Hal ini dikarenakan semakin canggihnya teknologi yang membuat anak menjadi malas beraktivitas dan hanya terpaku dengan *gadget* nya. Menurut penelitian Astini salah satu penyebab terjadinya obesitas ialah penggunaan media (televisi, video, komputer, handphone, dll) dikarenakan rendahnya aktivitas fisik yang berpengaruh terhadap pola makan tidak teratur sehingga anak yang aktivitas medianya tinggi beresiko lebih besar terjadinya obesitas dibandingkan anak yang aktivitas medianya rendah.<sup>(18)</sup>

Faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya obesitas ialah faktor genetik (keturunan). Bila kedua orang tua obesitas maka sebesar 80% peluang anak menjadi obesitas. Bila salah satu orang tua obesitas maka peluang anak menjadi obesitas ialah 40%.<sup>(19)</sup> Hal ini sejalan dengan penelitian Budiwati yang mana terdapat hubungan yang bermakna antara IMT ayah dan IMT ibu dengan status gizi anaknya.<sup>(20)</sup>

Upaya pencegahan dan pengendalian obesitas dapat berupa Penilaian Status Gizi Anak Baru Masuk Sekolah (PSG-ABS), Program Upaya Kesehatan Sekolah (UKS), Program Pendidikan Kesehatan Masyarakat melalui Kadarzi (Keluarga Sadar Gizi) serta GENTAS (Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas).<sup>(21)</sup> Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian sebelumnya terdapat adanya hubungan antara obesitas dengan pola makan<sup>(22)</sup>, sosial ekonomi<sup>(23)</sup>, faktor genetik<sup>(8, 24)</sup>, keterpaparan media.<sup>(24)</sup>

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2019 hasil skrining kesehatan siswa SMA kota Padang, maka didapatkan 3 Puskesmas yang memiliki angka kejadian obesitas tertinggi di kota Padang yaitu Puskesmas Lubuk Kilangan, Puskesmas Pauh dan Puskesmas Lubuk Begalung. Berdasarkan latar

belakang yang telah diuraikan diatas maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian mengenai obesitas pada siswa di SMA Semen Padang yang mana SMA ini terletak di Kompleks PT. Semen Padang, Indarung, Kota Padang dan dibawah pengawasan Puskesmas Lubuk Kilangan, dengan asumsi peneliti bahwa siswa SMA Semen Padang rata-rata memiliki latar belakang sosial ekonomi keluarga menengah ke atas yang mana nantinya juga akan berpengaruh terhadap pemilihan makanan yang akan dikonsumsi.

Berdasarkan skrining siswa kelas X di SMA Semen Padang didapatkan hasil 21 orang anak *overweight* dan 32 orang anak obesitas dari total seluruh siswa sebesar 127 orang. Berdasarkan yang diuraikan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Hubungan Pola Makan dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.

## **12 Perumusan Masalah**

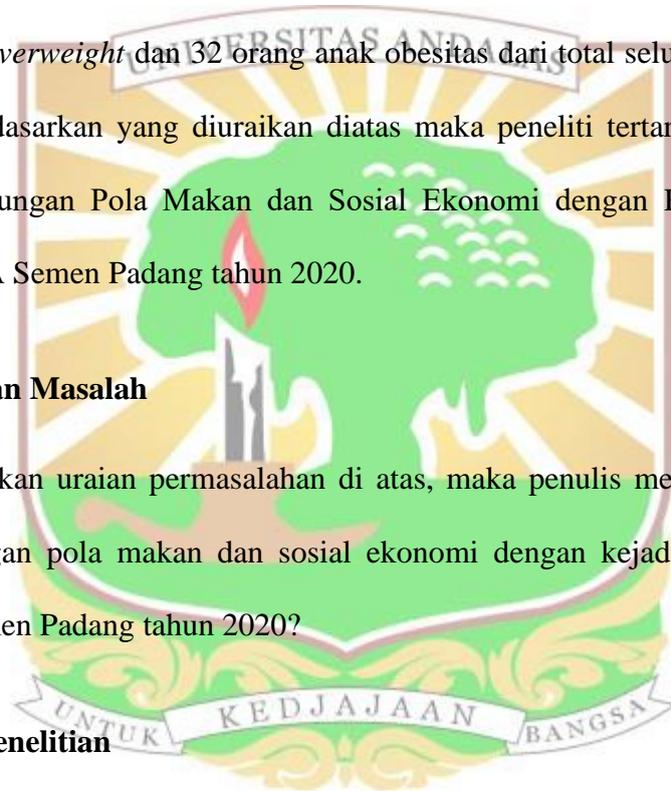
Berdasarkan uraian permasalahan di atas, maka penulis merumuskan apakah terdapat hubungan pola makan dan sosial ekonomi dengan kejadian obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020?

## **13 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian sebagai berikut:

- 1) Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.
- 2) Untuk mengetahui hubungan sosial ekonomi dengan kejadian obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.



### 1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian sebagai berikut :

- 1) Untuk mengetahui distribusi frekuensi obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.
- 2) Untuk mengetahui distribusi frekuensi pola makan pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.
- 3) Untuk mengetahui distribusi frekuensi sosial ekonomi pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.
- 4) Untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.
- 5) Untuk mengetahui hubungan antara sosial ekonomi dengan kejadian obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.

## 14 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan ilmu pengetahuan penulis mengenai hubungan pola makan dan sosial ekonomi dengan kejadian obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.

### 1.4.2 Bagi Sekolah

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan positif bagi sekolah bersangkutan dan bagi para staf pendidik dan tenaga kependidikan agar dapat lebih memperhatikan status gizi siswanya.

### 1.4.3 Bagi Fakultas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pertimbangan bahan penelitian selanjutnya, terutama bagi mahasiswa/i Fakultas Kesehatan Masyarakat

UNAND untuk meneliti hubungan pola makan dan sosial ekonomi dengan kejadian obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020.

## 15 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pola Makan dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Obesitas pada siswa SMA Semen Padang tahun 2020. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Sampel diambil secara *simple random sampling*. Variabel penelitian terdiri dari variabel terikat (*dependent variable*) yaitu kejadian obesitas, variabel bebas (*independent variable*) yaitu pola makan dan sosial ekonomi. Penelitian ini dimulai dari bulan Januari 2020 sampai dengan Juni 2020

