

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Overweight dan obesitas telah mengalami peningkatan prevalensi dalam tiga dekade terakhir. Berdasarkan data WHO tahun 2004, pertambahan jumlah penduduk dengan obesitas tertinggi terjadi di Amerika dan Rusia, yaitu 30% setiap tahun. Dari tahun 1970-2000 angka obesitas meningkat dari 14,5% ke angka 30,9%. Gambaran masalah gizi lebih pada remaja di dunia terlihat dari data prevalensi obesitas beberapa negara berikut ini. Prevalensi obesitas pada anak berusia 6-17 tahun di Amerika Serikat dalam tiga dekade terakhir meningkat dari 7,6% sampai dengan 10,8% menjadi 13-14%. Penelitian yang dilakukan Wang et al. (2002) pada empat negara menemukan peningkatan prevalensi gizi lebih terjadi di Brazil dari 4,1% menjadi 13,9%, Cina dari 6,4% menjadi 7,7% dan Amerika dari 15,4% menjadi 25,6%.

Kejadian overweight dan obesitas disebagian besar negara di Asia juga mengalami peningkatan dalam beberapa dekade terakhir (Ramachandran & Snehalatha, 2010), yaitu dengan prevalensi overweight 14% dan obesitas 3% untuk wilayah Asia Tenggara (WHO, 2016). Di Indonesia kelebihan berat badan bahkan juga mulai terjadi pada masyarakat pedesaan dan masyarakat dengan tingkat ekonomi rendah (Roemling & Qaim, 2012). Kelebihan berat badan merupakan faktor risiko utama terjadinya beberapa penyakit sehingga dapat

menyebabkan terjadinya penurunan kualitas hidup. Dengan kata lain overweight dan obesitas akan memberikan dampak buruk bagi kesehatan (WHO, 2012).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007-2018 menunjukkan prevalensi obesitas sentral di Indonesia pada penduduk usia ≥ 15 tahun mengalami peningkatan. Pada tahun 2007, jumlahnya 18,8%, tahun 2013 jumlahnya 26,6% dan pada tahun 2018 jumlahnya 31,0%. Prevalensi gemuk pada remaja umur 13-18 tahun di Jawa Barat sebanyak 17,3% yang terdiri dari 13,7% gemuk dan 3,9% obesitas. (Riskesdas, 2013). Prevalensi obesitas di kota Bandung berdasarkan pemeriksaan di 30 Puskesmas Kota Bandung pada usia ≥ 15 tahun dengan rata-rata 59,29% pada laki-laki dan 48,58% pada perempuan.

Faktor penyebab obesitas pada remaja bersifat multifaktorial. Peningkatan konsumsi makanan cepat saji (fast food), rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi dan berujung pada kejadian obesitas. (Barasi, 2007) Beberapa faktor yang menyebabkan seseorang menderita kelebihan berat badan atau bahkan kegemukan yaitu faktor genetik, faktor psikologis, pola hidup yang kurang tepat, kebiasaan makan yang salah, kurang melakukan aktivitas fisik, dan faktor pemicu lainnya. Kebiasaan makan yang salah diantaranya makan berlebihan, makan terburu-buru, menghindari makan pagi, waktu makan tidak teratur serta kebiasaan mengemil makanan ringan. Sedangkan faktor pemicu yang lain misalnya kecepatan metabolisme basal, enzim, hormon, serta penggunaan obat-obatan (Purwati, 2005)

Faktor keturunan merupakan faktor penguat terjadinya kegemukan. Penelitian gizi di Amerika Serikat melaporkan bahwa anak-anak dari orang tua dengan berat badan normal mempunyai peluang 10% menjadi gemuk. Bila salah satu orang tuanya menderita kegemukan, maka peluang itu akan meningkat menjadi 40-50%. Bila kedua orang tuanya menderita kegemukan, peluang faktor keturunan meningkat menjadi 70-80% (Purwati,2005). Kebiasaan makan telah bergeser dari pola tradisional yang banyak mengandung karbohidrat kompleks dan serat menjadi pola makan dengan kandungan protein, lemak, karbohidrat sederhana, dan garam yang tinggi namun rendah serat (Muchtadi, 2001). Perubahan pola makan ini meninggalkan konsep makanan seimbang sehingga berdampak negatif terhadap kesehatan. Kebiasaan makan yang tinggi lemak jenuh dan gula, rendah serat menyebabkan masalah kegemukan, gizi lebih, serta meningkatkan radikal bebas yang memicu munculnya berbagai penyakit degeneratif (Khomsan, dkk, 2004).

Penelitian yang dilakukan oleh Hendra,dkk (2016) tentang “Faktor-Faktor Risiko Terhadap Obesitas Pada Remaja di Kota Bitung” dengan metode cross-sectional, hasil penelitian menunjukkan bahwa Faktor-faktor risiko yang berpengaruh terhadap obesitas pada remaja di Kota Bitung yang tertinggi adalah faktor pola makan yaitu sebesar 98%. Faktor risiko yang berpengaruh kedua adalah faktor riwayat keturunan yaitu sebesar 76%. Faktor risiko yang berpengaruh ketiga adalah faktor pola hidup, aktivitas fisik dan lingkungan yaitu sebesar 24%. Faktor risiko lainnya adalah faktor psikis dalam hal ini stress atau kekecewaan yaitu sebesar 14%. Penelitian yang dilakukan oleh Weni,dkk (2015)

tentang “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja” dengan metode *case control*, dengan *p value* 0,000 hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan energi merupakan faktor risiko kejadian obesitas pada remaja. Rerata asupan energi remaja obesitas diperoleh dari jenis makanan tinggi energi yaitu makanan cepat saji.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMA Kota Bandung?”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin mengetahui apakah ada Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMA Kota Bandung?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMA Kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kejadian obesitas pada remaja di SMA Kota Bandung
- b. Mengidentifikasi pola makan remaja di SMA Kota Bandung

- c. Mengidentifikasi aktivitas fisik remaja di SMA Kota Bandung
- d. Menganalisis hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Kota Bandung
- e. Menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Kota Bandung

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan literatur ilmiah bagi mahasiswa jurusan keperawatan mengenai obesitas pada remaja.

1.4.2 Bagi Instansi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi instansi tentang obesitas dan aktivitas fisik pada siswa dan siswi di SMA Kota Bandung.

1.4.3 Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan informasi institusi pelayanan kesehatan khususnya dalam bidang komunitas ataupun lainnya guna mencegah dan mengurangi kejadian obesitas pada remaja.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan dasar bagi peneliti selanjutnya serta dapat mengembangkan variabel maupun aspek lainnya yang berhubungan dengan obesitas pada remaja.