

BAB I PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Obesitas merupakan suatu masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia karena obesitas berperan dalam meningkatkan morbiditas dan mortalitas (Rakhmawati, 2012). Seseorang akan mencapai keseimbangan jika jumlah energi yang masuk sama dengan energi yang keluar. Menurut Kemenkes (2010) anak umur 5-18 tahun IMT/U dikatakan obesitas jika nilai Z-score >2SD.

Masalah gizi di Indonesia saat ini memasuki masalah gizi ganda yaitu masalah gizi kurang belum teratasi sepenuhnya, sudah muncul masalah gizi lebih. Masalah gizi banyak di alami oleh golongan rawan gizi yang memerlukan kecukupan zat gizi untuk pertumbuhan. Masalah gizi lebih yang dapat menyebabkan obesitas terjadi pada anak-anak hingga usia dewasa (Sartika, 2011).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2014 lebih dari 1,9 miliar orang dewasa yang berusia >18 tahun kelebihan berat badan. Jumlah tersebut lebih dari 600 juta mengalami obesitas. Jumlah penderita obesitas di Indonesia cenderung meningkat pada semua kelompok umur. Hasil Riskesdas tahun 2013 menunjukkan remaja obesitas yang berumur 16-18 tahun dari seluruh provinsi di Indonesia sebesar 1,6%. Provinsi Jawa Barat sebesar 1,4%. Profil Kesehatan Kabupaten Majalengka tahun 2016 menunjukkan prevalensi remaja gemuk sebesar 3,0% (Dinkes Majalengka).

Peningkatan angka kejadian obesitas yang terjadi pada masa remaja akan berdampak pada peningkatan angka kejadian penyakit kardiovaskular dan degeneratif (Fachrunnisa, dkk 2016). Obesitas di sebabkan oleh berbagai faktor yang sifatnya multifaktorial seperti faktor keturunan, faktor lingkungan dan perilaku makan yang kurang tepat. Faktor lingkungan dan perilaku memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap obesitas, kaitannya dengan gaya hidup masyarakat (Wiardani, 2017).

Status gizi remaja berhubungan dengan berbagai macam faktor selain keturunan yaitu sosial ekonomi, olahraga, pola makan dan demografi (Gius, 2011). Riwayat obesitas pada orang tua berhubungan dengan genetik/keturunan anak dalam mengalami obesitas. Faktor keturunan akan menentukan jumlah unsur sel lemak yang melebihi ukuran normal, sehingga secara otomatis akan diturunkan kepada bayi selama kandungan yang disebabkan oleh pengaruh gen atau faktor lingkungan dalam keluarga. Gen leptin merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kegemukan (Pasanea, 2011). Leptin adalah protein yang dihasilkan oleh sel adiposa. Setelah leptin dihasilkan dialirkan dalam darah menuju hipotalamus untuk mengontrol penyimpanan lemak (Wiseman, 2002). Orang yang memiliki berat badan berlebih kadar leptin dalam darahnya tinggi (Indra, 2006).

kelebihan berat badan yang dialami oleh orang tua berhubungan positif dengan kelebihan berat badan anak. Faktor keturunan berhubungan dengan penambahan berat badan, IMT, lingkaran pinggang dan aktivitas fisik. Ayah dan/atau ibu yang menderita *overweight* (kelebihan berat badan) kemungkinan anaknya memiliki kelebihan berat badan sebesar 40-50% Haines *et. al.*, (2007). Hasil penelitian Pramudita, (2011) menyatakan bahwa anak dengan kelompok obesitas sebagian besar (40%) berasal dari ayah *overweight*.

Obesitas ini juga disebabkan kurangnya konsumsi buah sayur. Buah sayur mengandung tinggi serat, adanya serat sisa – sisa makanan akan lebih mudah dicerna melalui saluran pencernaan untuk diekskresikan (keluar). Makanan yang mengandung serat kasar tinggi akan memberikan rasa kenyang, karena komposisi karbohidrat kompleks yang menghentikan nafsu makan sehingga mengakibatkan menurunnya nafsu makan. Buah sayur memiliki kalori yang rendah dan merupakan sumber serat dan mikrogizi seperti vitamin dan mineral (Febriana dan Sulaeman, 2014). Hasil Riskesdas (2013) proporsi kurang konsumsi buah sayur pada anak remaja sebesar 97,1%. Kecukupan serat makanan bagi remaja sekitar 30 – 37gr/hari (Hardinsyah, 2013). Penelitian Kharismawati (2010) menunjukkan adanya hubungan kurangnya konsumsi serat 97,8% pada siswa obesitas. Penelitian Kusteviani, 2015 menunjukkan terdapat hubungan perilaku konsumsi buah sayur dengan

obesitas abdominal pada usia produktif (15-64 tahun). Menurut penelitian Duvigneaud et al. (2007) di Flemish bahwa asupan serat orang obesitas lebih rendah dibandingkan orang normal.

Selain faktor keturunan dan konsumsi buah sayur obesitas terjadi karena kurangnya aktivitas fisik. Asupan makanan yang berlebihan mengakibatkan peningkatan berat badan sehingga terjadi penimbunan lemak tubuh berlebih. Aktivitas fisik berperan penting dalam pengeluaran energi, pengeluaran energi tersebut merupakan akibat dari penggunaan energi untuk aktivitas fisik itu sendiri dan metabolisme basal. Aktivitas fisik berperan dalam memelihara dan membentuk massa otot. Massa otot ini akan mempengaruhi metabolisme basal dimana jumlah massa otot akan meningkatkan angka metabolisme basal, dengan meningkatnya angka metabolisme basal maka pengeluaran energi semakin besar sehingga dapat membakar sel lemak dalam tubuh (Vertikal, 2012).

Proporsi aktivitas fisik kurang pada remaja sebesar 34,2% (Riskesdas, 2013). Penelitian di negara maju mempunyai hubungan antara rendahnya aktivitas fisik mempunyai risiko kenaikan berat badan 5kg. Hasil penelitian di Jepang kelompok yang mempunyai kebiasaan olahraga mempunyai risiko 0,48 kali terkena obesitas (Pramudita, 2011). Remaja yang obesitas lebih menghabiskan waktunya untuk aktivitas statis lebih lama dibandingkan dengan remaja yang tidak obesitas (Huriyati, et. all, 2004). Hasil Penelitian (Kurdanti, dkk 2015) menyatakan bahwa anak yang obesitas memiliki aktivitas tidak aktif (56,9%) dibandingkan dengan anak yang tidak obesitas (34,7%).

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan prevalensi obesitas sebesar 33,3% di SMAN 1 Jatiwangi, penulis tertarik untuk meneliti faktor risiko kejadian obesitas pada remaja di SMAN 1 Jatiwangi.

1.2.Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, timbul permasalahan faktor risiko apa sajakah yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak SMA Negeri 1 Jatiwangi Kabupaten Majalengka.

1.3. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Mengetahui faktor risiko kejadian obesitas pada anak SMANegeri 1 Jatiwangi Kabupaten Majalengka.

b. Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan faktor risiko kejadian obesitas meliputi keturunan, konsumsi buah sayur, aktivitas fisik pada anak SMA Negeri 1 Jatiwangi.
2. Mendeskripsikan kejadian obesitas pada anak SMA Negeri 1 Jatiwangi
3. Menganalisis faktor risiko keturunan terhadap kejadian obesitas pada anak SMA Negeri 1 Jatiwangi
4. Menganalisis faktor risiko konsumsi buah sayur terhadap kejadian obesitas pada anak SMA Negeri 1 Jatiwangi.
5. Menganalisis faktor risiko aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada anak SMA Negeri 1 Jatiwangi.

1.4. Manfaat Penelitian

a. Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan untuk memperhatikan siswa-siswinya terhadap masalah obesitas pada remaja yang disebabkan karena faktor risiko keturunan, konsumsi buah sayur yang kurang serta aktivitas fisik yang kurang.

b. Bagi Siswa

Dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya kebiasaan konsumsi buah sayur bagi kesehatan dan meningkatkan besarnya aktivitas fisik sehari-hari.

1.5.Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Tahun Penelitian	Variabel Penelitian	Hasil Penelitian
1	Anggraeni, S	Faktor Risiko Obesitas Taman Kanak – kanak Di Kota Bogor	2008	Variabel bebas : Genetik, Karakteristik keluarga, Kebiasaan makan anak, Aktivitas fisik anak Variabel Terikat :Obesitas	Faktor risiko anak obesitas adalah IMT ayah (OR= 8,449), menonton TV kurang (OR= 4,236)waktu bermain diluar (OR= 3,840), konsumsi energi (OR= 7,266) dan konsumsi lemak (OR= 4,247)
2	Widiantini W dan Tafal Z	Hubungan aktivitas fisik, Stres, dan Obesitas pada Pegawai Negeri Sipil	2014	Variabel bebas : Aktivitas fisik, stress Variabel terikat :Obesitas	Hubungan bermakna antara aktivitas fisik dan stres serta usia dengan kejadian obesitas.Semakin berat aktivitas fisik, semakin rendah risiko obesitas. Semakin berat stress semakin tinggi risiko obesitas, semakin tua usia semakintinggi risiko obesitas.
3	Arlinda S, Warsiti	Hubungan Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Obesitas Pada Remaja Di SMP Muhammadiyah 10 Yogyakarta	2015	Variabel bebas : <i>Fast Food</i> Variabel Terikat : Obesitas	Adanya hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi <i>fast food</i> dengan kejadian obesitas pada remaja ($p=0,000 <0,05$) dengan nilai odd ratio sebesar 6,00

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah faktor risiko keturunan, faktor aktivitas fisik, dan faktor kebiasaan konsumsi buah sayur. Lokasi dilakukan di Kabupaten Majalengaka pada Anak SMAN 1 Jatiwangi yang sebelumnya belum dilakukan penelitian di tempat tersebut, dengan populasi penelitian adalah seluruh anak SMAN 1 Jatiwangi dengan metode *case control*.