

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Obesitas merupakan suatu keadaan ketika terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih, sehingga BB seseorang jauh diatas normal dan dapat membahayakan kesehatan (Lakshita, 2012). Himpunan Studi Obesitas Indonesia memeriksa lebih dari 6000 orang dari hampir seluruh provinsi dan didapatkan angka obesitas dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) $> 30 \text{ kg/m}^2$ pada laki-laki sebesar 9,16 % dan pada perempuan 11,02 % (Soegih dkk, 2009).

Salah satu factor yang mempengaruhi status gizi adalah konsumsi makanan. Kelebihan konsumsi makanan mempengaruhi status gizi seorang remaja, menurut data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi gizi lebih secara nasional pada remaja umur 13-15 tahun di Indonesia menunjukkan 10,8%, terdiri dari 8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk atau obesitas. Prevalensi gizi lebih yang terjadi pada remaja umur 16-18 tahun mengalami peningkatan yang signifikan dari tahun 2007 sebesar 1,4% menjadi 7,3% pada tahun 2013 (Riskesdas, 2013). Penelitian pada remaja di kota semarang menunjukkan adanya kontribusi energi makanan jajanan lokal $> 300 \text{ kkal}$ (3,2 kali) dan tingkat aktivitas fisik ringan beresiko (5,1 kali) sebabkan obesitas pada remaja (Pramono dkk ,2014). Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar kelompok obesitas memiliki frekuensi konsumsi pangan, makanan cepat saji dan kudapan lebih banyak daripada kelompok non obes (Suryaputra dkk, 2012). Penelitian yang dilakukan Arlinda tahun 2015 pada remaja menunjukkan bahwa pada kelompok obesitas (kasus) memiliki frekuensi konsumsi fast food lebih dari 3x seminggu (sering) sebanyak 25 responden (83%) jika dibandingkan dengan kelompok non obesitas (kontrol) hanya 5 responden (17 %). Makanan yang mengandung serat kasar yang tinggi umumnya megandung kalori rendah, kadar gula dan lemak yang rendah

sehingga dapat mengurangi terjadinya obesitas maupun kegemukan. Asupan serat yang rendah dapat menyebabkan obesitas yang berdampak terhadap terjadinya peningkatan tekanan darah dan penyakit degeneratif (Apriany,2012).

Faktor lain yang berhubungan dengan status gizi adalah pengetahuan. Pengetahuan merupakan suatu hasil tahu manusia terhadap sesuatu atau semua perbuatan manusia untuk dapat memahami objek yang dihadapinya (Surajiyao,2007). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (60%) tingkat pengetahuan gizi remaja pada kelompok obesitas adalah kurang, sedangkan 85% remaja pada kelompok non obesitas memiliki pengetahuan gizi yang cukup (Suryaputra dkk, 2012).

Observasi pendahuluan yang dilakukan pada 20 siswa SMA Kesatrian 2 Semarang menunjukkan bahwa memiliki status gizi normal sebanyak 85 %, status gizi lebih sebanyak 15 %. Konsumsi makanan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa lebih menyukai konsumsi makanan seperti mie, nasi, dan snack kemasan.

B. Perumusan Masalah

Apakah ada hubungan pengetahuan tentang obesitas, keragaman konsumsi makanan sumber karbohidrat dan serat dengan kejadian obesitas siswa SMA Kesatrian 2 Semarang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan tentang obesitas, keragaman konsumsi makanan sumber karbohidrat dan serat dengan kejadian obesitas siswa SMA Kesatrian 2 Semarang.

2. Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan pengetahuan tentang obesitas.
2. Mendeskripsikan keragaman konsumsi makanan sumber karbohidrat.
3. Mendeskripsikan keragaman konsumsi makanan sumber serat.

4. Mendeskripsikan kejadian obesitas
5. Menganalisis hubungan pengetahuan tentang obesitas dengan kejadian obesitas.
6. Menganalisis hubungan keragaman konsumsi makanan sumber karbohidrat dengan kejadian obesitas.
7. Menganalisis hubungan keragaman konsumsi makanan sumber serat dengan kejadian obesitas.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi tentang obesitas yang berhubungan dengan pengetahuan dan makanan yang dikonsumsi.

2. Bagi Sekolah

Menambah wawasan pengetahuan sekolah khususnya para remaja tentang status gizi dan faktor yang mempengaruhinya. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan khususnya di SMA Kesatrian 2 Kota Semarang.

