

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Obesitas atau biasa orang menyebutnya sebagai kelebihan berat badan secara medis diartikan sebagai kelebihan lemak yang ada di dalam tubuh. Seseorang yang obesitas akan meningkatkan risiko penyakit lain misalnya diabetes dan tekanan darah tinggi (hipertensi) (Hasdianah, 2014). Banyak faktor yang menyebabkan berat badan berlebih dan obesitas. Bagi setiap individu, faktor metabolik dan genetik, serta perilaku yang mempengaruhi asupan diet dan aktivitas fisik, turut menyebabkan berat badan berlebih. Pengaruh budaya, lingkungan, dan sosio-ekonomi juga berperan. Sebagian besar individu yang mengalami berat badan berlebih dan obesitas memakan banyak kalori dari makanan dibandingkan yang dikeliarkan melalui aktivitas fisik (Kristianto *et al.*, 2011).

Obesitas menjadi faktor risiko utama dari beberapa penyakit kronis antara lain diabetes melitus, penyakit kardiovaskular dan kanker. Pada awalnya kegemukan dan obesitas menjadi masalah utama di negara maju, namun pada saat ini kegemukan dan obesitas juga menjadi masalah di negara berkembang dan negara miskin serta biasanya terjadi di perkotaan (WHO, 2018). Obesitas pada anak akan menimbulkan berbagai keluhan dan gangguan penyakit. Pada umumnya gangguan kesehatan yang terjadi pada anak obesitas yaitu gangguan secara klinis, mental dan mental (Hasdianah, 2014).

WHO (*World Health Organization*) mencatatkan bahwa pada tahun 2016 lebih dari 1,9 milyar orang dewasa berumur lebih dari 18 tahun mengalami kelebihan berat badan, sedangkan dari jumlah tersebut yang menderita obesitas sebanyak 13% yaitu 650 orang. Kemudian anak-anak dan remaja usia 5 sampai 19 tahun sejumlah 340 juta mengalami kelebihan berat badan dan obesitas. Sedangkan 41 juta anak di bawah 5 tahun juga mengalami kegemukan dan obesitas. Sebagian populasi masyarakat dunia hidup di negara yang memiliki masalah kelebihan berat badan dan obesitas sebagai pembunuh lebih banyak orang diri pada kekurangan berat badan (WHO, 2018).

Indonesia sebagai salah satu negara yang sedang berkembang, juga sedang mengalami permasalahan terkait obesitas. Menurut Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional Tahun 2018 Angka prevalensi obesitas pada usia dewasa >18 tahun di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Proporsi obesitas pada usia dewasa >18 tahun, pada tahun 2007 sebesar 10,5%, pada tahun 2013 menjadi 14,8%, kemudian naik secara signifikan menjadi 21,8% pada tahun 2018 (Kemenkes, 2018). Provinsi yang memiliki proporsi obesitas tertinggi adalah Sulawesi Utara (30,2%) dan terendah di Nusa Tenggara Timur (10,3%). Provinsi yang diatas proporsi secara nasional antara lain Papua Barat (26,4%), Kalimantan Timur (28,7%) dan DKI Jakarta (29,8%) (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Tengah tahun 2017 penduduk usia lebih dari 15 tahun tercatat 14.541.825 orang, dilakukan pemeriksaan obesitas di puskesmas dan jaringannya terhadap 19,47% penduduk yang terdiri dari laki-

laki (17,98%) dan perempuan (20,75%). Dari hasil pemeriksaan obesitas risiko mengalami obesitas pada perempuan lebih besar 6,04% dari pada laki-laki. Persentase obesitas rata-rata di Jawa Tengah sebesar 6,04%. Dari 30 kabupaten/kota yang melakukan pelaporan pemeriksaan obesitas yang memiliki persentase tinggi antara lain Kota Pekalongan (2,7%), Kota Tegal (3,02%) dan Kota Surakarta (3,45%) (Profil Jateng, 2017).

Kota Surakarta terdapat lima kecamatan, yaitu Kecamatan Laweyan, Kecamatan Serengan, Kecamatan Pasar Kliwon, Kecamatan Jebres dan Kecamatan Banjarsari dengan jumlah puskesmas 17 unit. Pemeriksaan obesitas dilakukan pada pengunjung puskesmas dan jaringannya dengan responden yang berumur lebih dari 18 tahun (Profil DKK Surakarta, 2015-2017). Data dari Dinas Kesehatan Kota Surakarta untuk Kecamatan Pasar Kliwon mulai tahun 2015 sampai 2017. Pada tahun 2015 total keseluruhan yang dilakukan pemeriksaan obesitas sebanyak 43 responden yang mengalami obesitas sebanyak 5 orang. Tahun 2016 total keseluruhan yang dilakukan pemeriksaan obesitas sebesar 159 responden yang mengalami obesitas sebanyak 69 orang. Dan tahun 2017 total keseluruhan yang dilakukan pemeriksaan obesitas pada 38.407 orang yang mengalami obesitas sebanyak 2.075 orang. Untuk Puskesmas Sangkrah pada tahun 2015 dilakukan pemeriksaan obesitas ditemukan sebanyak 5 orang, tahun 2016 sebanyak 69 orang dan pada tahun 2017 sebanyak 812 orang. Jumlah orang yang mengalami obesitas di Puskesmas Sangkrah mengalami kenaikan pada tiga tahun terakhir (DKK Surakarta, 2015-2017).

Obesitas mulai menjadi masalah kesehatan di seluruh dunia, bahkan WHO menyatakan bahwa obesitas sudah merupakan suatu epidemi global. Sehingga obesitas sudah merupakan permasalahan kesehatan yang harus segera ditangani karena merupakan faktor risiko terjadinya penyakit degeneratif dan sindrom metabolik. Dampak obesitas antara lain dapat meningkatkan risiko muskuloskeletal dan masalah kesehatan mental yang hal ini menjadi salah satu penyebab penyakit terkait kerja dan kecelakaan kerja bagi tenaga kesehatan. Selain itu, juga berisiko menimbulkan penyakit kronis degeneratif seperti hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, kanker dan diabetes tipe 2 serta kelainan tulang (Kyle *et al.*, 2017). Untuk itu diperlukan langkah pencegahan sedini mungkin persoalan obesitas dan berbagai penyakit yang menyertainya sudah merupakan permasalahan kesehatan yang mesti ditanggulangi secara komprehensif baik preventif, promotif dan kuratif.

Faktor risiko obesitas gaya hidup, obesitas dapat terjadi karena banyak faktor, namun 90% obesitas terjadi karena gaya hidup yang tidak sehat. Faktor lain yang juga dapat menyebabkan obesitas adalah faktor genetik, yaitu sebanyak 25%-35%. Selain itu, konsumsi obat-obatan tertentu seperti obat depresi dan faktor usia (Hasdianah, 2014). Menurut Dewi (2015) pada usia remaja mengalami obesitas maka dapat mempermudah terkena obesitas pada usia tua. Kelompok rawan gizi yakni usia remaja yang sangat mudah terkena masalah gizi, padahal mereka membutuhkan gizi seimbang dalam masa pertumbuhan.

Penanganan obesitas saat ini lebih berfokus kepada penanganan dari aspek klinisnya. Sehingga penanganan dilakukan apabila ada keluhan-keluhan dengan indikasi medis. Karena penanganan berbasis medis dan farmakologi adalah penanganan secara individual maka belum bisa menyentuh masalah obesitas ini dari aspek kesehatan masyarakat. Berbagai penelitian telah dilakukan untuk mengurai permasalahan obesitas. Beberapa hasilnya mengarah pada dua bidang utama yaitu pola makan dan aktifitas fisik. Penelitian-penelitian epidemiologis dengan pendekatan kohort dan kasus kontrol menunjukkan tren *makanan (fast food)*, gaya hidup *sedentary*, penurunan aktifitas fisik, stress psikologis, dan budaya merupakan kontributor terhadap epidemi obesitas pada anak dan remaja (Suiraoaka, 2015).

Pengetahuan mengenai cara mengatur makanan, cara mengolah makanan, serta kandungan gizi yang ada didalam makanan mempengaruhi banyaknya makanan seseorang, selain itu aktivitas fisik dibutuhkan untuk mengurangi risiko terkena obesitas (Indriani *et al.*, 2014). Jika individu mempunyai pengetahuan yang terbatas khususnya tentang gizi sehingga mempengaruhi gaya hidup dan pola makan menjadi buruk begitu pula sebaliknya. Pengetahuan tentang gizi berkaitan dengan pola konsumsi makanan yang mengandung karbohidrat (Jaminah, 2018). Namun dalam hasil penelitian Suryaningsih *et al.* (2011) menunjukkan tidak ada hubungan signifikan anatara pengetahuan gizi seimbang dengan pola makan pada pasien rawat jalan penyakit jantung koroner ( $p=0,1,000$ ).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam tentang hubungan pengetahuan dengan pola makan pada orang dewasa dengan obesitas di Puskesmas Sangkrah khususnya Kelurahan Semanggi. Sebab di wilayah kerja Puskesmas Sangkrah terdapat penderita obesitas yang pada tiga tahun terakhir mengalami kenaikan. Selain itu berdasarkan survei pendahuluan di Puskesmas Sangkrah didapatkan data terbaru sebanyak 430 orang dengan obesitas di Kelurahan Semanggi wilayah kerja Puskesmas Sangkrah.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan dengan pola makan pada orang dewasa dengan obesitas di Kelurahan Semanggi wilayah kerja Puskesmas Sangkrah?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Menganalisis hubungan antara pengetahuan dengan pola makan pada orang dewasa dengan obesitas di Kelurahan Semanggi wilayah kerja Puskesmas Sangkrah..

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Bagi orang dengan obesitas

- a. Orang dengan obesitas memperoleh informasi tentang pengetahuan dalam hubungannya dengan pola makan
- b. Orang dengan obesitas memperoleh informasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang pola makan

##### 2. Bagi puskesmas

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk melakukan upaya pencegahan dini, melalui program peningkatan pendidikan dan promosi kesehatan tentang obesitas di Kota Surakarta.

##### 3. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan informasi tambahan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan pengetahuan dan sikap terhadap pola makan pada orang dengan obesitas.