

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi merupakan masalah yang pasti ditemui di semua negara baik negara miskin, berkembang, dan maju. Negara Indonesia masih mengalami berbagai macam masalah gizi dan penyakit infeksi, namun masalah kesehatan yang serius yaitu masalah kelebihan gizi, salah satunya obesitas (Kemenkes,2015). Berdasarkan hasil data Kemenkes RI tahun 2013 prevalensi penduduk usia dewasa yang mengalami obesitas sebesar 15,4%, sedangkan pada tahun 2018 prevalensi obesitas penduduk usia dewasa adalah 24,8%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dari tahun 2013 hingga 2018 sebesar 9,4%.(Kemenkes 2013-2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Diana (2013) prevalensi kelebihan gizi cenderung meningkat seiring bertambahnya usia serta mencapai puncaknya pada usia dewasa. Usia merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan terjadinya obesitas. Perubahan usia memiliki hubungan dengan perubahan dalam komposisi tubuh seseorang saat menuju dewasa yaitu penurunan massa otot dan peningkatan massa lemak (Tchernof dan Depres,2013). Penelitian yang dilakukan Nadimin (2015) menunjukkan bahwa obesitas banyak ditemukan pada kelompok usia diatas 25 tahun. Semakin bertambahnya usia maka proses metabolisme semakin melambat, setiap 10 tahun setelah usia 25 tahun, metabolisme sel-sel tubuh akan berkurang 4% dan pada perempuan ketika memasuki menopause proses metabolisme mulai menurun, sehingga tidak lagi membutuhkan banyak kalori untuk mempertahankan berat badan (Setianingsih,2012)

Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar kejadian obesitas pada usia dewasa (>18 tahun) lebih banyak dialami oleh wanita dibandingkan dengan laki-laki, prevalensi wanita yang mengalami obesitas sebesar 32,9% sedangkan laki-laki sebesar 19,7% (Riskesdas,2013). Penelitian yang dilakukan Nimas (2018) menunjukkan bahwa obesitas banyak terjadi pada jenis kelamin wanita dibandingkan dengan laki-laki, yaitu wanita beresiko 1,7 kali lebih besar mengalami obesitas dibandingkan dengan laki-laki. Wanita lebih banyak mengalami obesitas dikarenakan komposisi tubuh perempuan yang cenderung lebih dipenuhi lemak dibandingkan otot (Hu et.al.,2017).

Obesitas merupakan kondisi berat badan berlebih yang disebabkan oleh ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang dikeluarkan, kelebihan energi tersebut disimpan menjadi lemak dalam sel lemak (Hasdiansah,dkk.,2014).Beberapa faktor yang dapat menyebabkan obesitas, yaitu: aktivitas fisik, konsumsi energi, konsumsi karbohidrat,dan konsumsi serat (Linda,2015). Sejalan dengan penelitian Kurdanti (2015) apabila konsumsi makanan melebihi kebutuhan tubuh, yaitu konsumsi tinggi energi, tinggi karbohidrat, tinggi lemak, dan rendah serat dapat memicu terjadinya obesitas.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Haruniati (2019) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi karbohidrat dan lemak dengan kejadian obesitas pada ibu-ibu petani jagung. Responden dengan konsumsi karbohidrat melebihi kebutuhan harian lebih berpeluang 1,825 kali untuk mengalami obesitas dibandingkan dengan responden yang memiliki konsumsi karbohidrat yang cukup. Penelitian ini sejalan dengan Diana (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi karbohidrat dengan kejadian obesitas pada wanita usia 19-55 tahun di Indonesia. Prevalensi kegemukan lebih tinggi

pada perempuan yang mengonsumsi karbohidrat >55% AKE atau 1,119 kali lebih besar dibandingkan dengan wanita yang mengonsumsi karbohidrat cukup.

Hasil penelitian Haruniati (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi lemak dengan kejadian obesitas pada ibu-ibu petani jagung, responden dengan konsumsi lemak berlebih akan berpeluang 2,017 kali mengalami obesitas dibandingkan dengan responden yang memiliki konsumsi lemak yang cukup. Hal ini disebabkan karena kebiasaan responden yang sering mengonsumsi cemilan dengan cara di goreng. Lemak pada makanan memberikan rasa yang lezat, sehingga mendorong responden untuk mengonsumsi makanan tinggi lemak dengan jumlah yang banyak karena menyukainya, konsumsi makanan tinggi lemak yang dikonsumsi dalam jumlah banyak dapat mengakibatkan energi berlebih bila tidak diimbangi dengan pengeluaran energi yang seimbang, sehingga dapat meningkatkan penyimpanan energi yang belum terpakai dalam sel lemak tubuh serta menyebabkan terjadinya obesitas (Poledne,2013).

Obesitas pada usia dewasa membawa dampak pada kesehatan, dimana kenaikan berat badan dan obesitas menjadi salah satu faktor resiko meningkatkan kejadian penyakit tidak menular, seperti diabetes melitus tipe 2, kanker dan beberapa penyakit kardiovaskulae lainnya, bahkan dapat menyebabkan kematian (Hruby *et al.*, 2016)

Hasil data Riset Kesehatan Dasar Provinsi Jawa Tengah tahun 2018 kejadian obesitas sentral pada wanita usia dewasa (>18 tahun) di wilayah Wonogiri sebesar 22,79%. Hal ini menunjukkan bahwa kejadian obesitas di wilayah Wonogiri masih termasuk kategori tinggi dikarenakan prevalensi obesitas sentral tingkat provinsi yaitu 22,2% (Riskesdas Jateng,2018).

Hasil profil data UPTD Puskesmas Giritontro pada tahun 2021 menunjukkan bahwa di wilayah Kecamatan Giritontro pada tahun 2020 memiliki prevalensi obesitas pada wanita usia 30-65 tahun sebesar 73,4% yang diperoleh hasil perhitungan *Body Fat Analyser* (BFA) masyarakat yang berkunjung ke Puskesmas Giritontro dengan pengukuran IMT lebih dari 25 (UPTD Puskesmas Giritontro, 2020).

Berdasarkan survei pendahuluan yang telah dilakukan pada bulan September 2021 di Wilayah Puskesmas Giritontro melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan serta wawancara untuk mengetahui tingkat konsumsi makanan dengan menggunakan metode *food recall* 24 jam didapatkan bahwa 7 dari 15 wanita usia 30-65 tahun yang menjadi responden (46,6%) mempunyai status gizi lebih atau obesitas dengan mayoritas konsumsi makanan memiliki kandungan tinggi karbohidrat dan tinggi lemak.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan konsumsi karbohidrat dan lemak dengan kejadian obesitas pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro”.

B. Masalah Penelitian

Perumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan antara konsumsi karbohidrat dan lemak dengan kejadian obesitas pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro Kabupaten Wonogiri?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

Untuk mengetahui hubungan antara konsumsi karbohidrat dan lemak dengan kejadian obesitas pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro, Wonogiri.

2. Tujuan khusus :

- a. Mendeskripsikan karakteristik usia pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro, Wonogiri
- b. Mendeskripsikan karakteristik pekerjaan pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro, Wonogiri
- c. Mendeskripsikan konsumsi karbohidrat pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro, Wonogiri
- d. Mendeskripsikan konsumsi lemak pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro, Wonogiri
- e. Mendeskripsikan kejadian obesitas pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro, Wonogiri
- f. Menganalisis hubungan antara konsumsi karbohidrat dengan kejadian obesitas pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro, Wonogiri
- g. Menganalisis hubungan antara konsumsi lemak dengan kejadian obesitas pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro, Wonogiri.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Kesehatan UPTD Puskesmas Giritontro :

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi Puskesmas Giritontro dalam perencanaan serta evaluasi program gizi yaitu obesitas.

2. Bagi Wanita Usia 30-65 Tahun :

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada responden terkait konsumsi karbohidrat dan lemak yang baik.

3. Bagi Peneliti Lain

Menambah referensi, ide, sarana menambah wawasan untuk melanjutkan penelitian sejenis.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian dibatasi pada keterbatasan perihal hubungan konsumsi karbohidrat dan lemak dengan kejadian obesitas pada wanita usia 30-65 tahun di Kecamatan Giritontro, Kabupaten Wonogiri