

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peningkatan kemakmuran di masyarakat yang diikuti dengan peningkatan pendidikan dapat mengubah pola hidup dan pola makan, dari pola makan tradisional ke pola makan makanan praktis dan siap saji yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang. Hal tersebut terutama terlihat di kota-kota besar di Indonesia. Pola makan jika tidak dikonsumsi secara rasional mudah menyebabkan kelebihan masukan yang akan menimbulkan berat badan meningkat (Sismoyo, 2006).

Seiring dengan meningkatnya taraf kesejahteraan masyarakat, jumlah penderita kegemukan (*overweight*) dan obesitas cenderung meningkat. Di Indonesia, masalah kesehatan yang diakibatkan oleh gizi lebih dini mulai muncul pada awal tahun 1990-an. Peningkatan pendapatan masyarakat pada kelompok sosial ekonomi tertentu, terutama di perkotaan, menyebabkan adanya perubahan pola makan dan pola aktifitas yang mendukung terjadinya peningkatan jumlah penderita kegemukan dan obesitas (Almatsier, 2003).

Badan kesehatan dunia World of Health Organisation (WHO) mengindikasikan, bahwa ada 1,6 miliar orang di dunia (usia di atas 15 tahun) yang memiliki berat badan berlebihan. Obesitas atau kegemukan menyebabkan 10,3 persen dari angka kematian di dunia, angka tersebut menempati peringkat kelima penyebab utama kematian di dunia. Setidaknya

400 juta orang di dunia tergolong obesitas. Sedangkan sekitar 20 juta anak di bawah usia 5 tahun memiliki bobot tubuh berlebihan. WHO telah memprediksikan bahwa pada tahun 2015, sekitar 2,3 miliar juta orang di dunia memiliki berat badan berlebih dan lebih dari 700 juta orang tergolong obesitas (Finalia dan Lutfi, 2011).

Jumlah penderita obesitas di Indonesia terus bertumbuh dari tahun ke tahun. Berdasarkan data Susenas tahun 1989, prevalensi obesitas di Indonesia adalah 1,1 persen dan 0,7 persen masing-masing untuk kota dan desa. Angka tersebut meningkat hampir lima kali menjadi 5,3 persen dan 4,3 persen pada tahun 1999. Hasil pemantauan masalah gizi lebih pada dewasa yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan tahun 1997 menunjukkan, prevalensi obesitas pada orang dewasa adalah 2,5 persen (pria) dan 5,9 persen (wanita). Menurut Ketua Umum Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI), Prof Dr Herdinsyah MS, saat ini jumlah penderita obesitas di Indonesia untuk populasi remaja dewasa sudah mencapai angka 18 persen. Angka ini bahkan lebih tinggi lagi di kelompok dewasa, yaitu bisa mencapai 25 persen dari total populasi seluruh Indonesia (Albiner, 2009).

Pada tahun 2006 jumlah penderita obesitas di Jawa Tengah mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya, tercatat lebih dari 30 persen terjadi pada anak-anak dan selebihnya terjadi pada remaja dan dewasa tua, dengan tidak memandang jenis kelamin artinya baik pria dan wanita tidak memiliki perbedaan yang signifikan dari jumlah kejadian tersebut.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP) pada 10 mahasiswa dari 1941 mahasiswa menunjukkan bahwa pola makan mahasiswa memiliki pola makan yang berbeda. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan 10 mahasiswa dari 1941 mahasiswa di FKIP yang mengalami berat badan berlebih didapatkan keterangan yaitu pola makannya ada yang teratur ada yang tidak. Kondisi status gizi pada mahasiswa yang memiliki berat badan lebih, kurang baik yaitu pada saat dilakukan pengukuran IMT (Indeks Masa Tubuh) di dapatkan hasil antara 25,0 - 30,5 kg/m². Nilai 25-30,5 kg/m² menunjukkan bahwa mahasiswa yang bersangkutan masuk dalam obesitas. Masalah yang timbul pada mahasiswa yang mengalami obesitas adalah adanya gangguan dalam aktivitas sehari-hari. Menurut mahasiswa, apabila mengikuti perkuliahan yang dilaksanakan di lantai atas gedung FKIP, mahasiswa merasa cepat lelah untuk naik turun gedung. Kondisi ini berlangsung setiap mengikuti perkuliahan. Selain itu mahasiswa lebih merasa banyak pengeluaran biaya untuk keperluan sehari-hari khususnya untuk kebutuhan konsumsi makan yang teratur. Konsumsi makan mahasiswa obesitas jumlah porsi dan zat gizinya dapat lebih banyak dari mahasiswa lain yang tidak mengalami obesitas.

Alasan diambilnya tempat penelitian di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta adalah karena *feasibility*, yaitu untuk melakukan penelitian ditentukan oleh berbagai pertimbangan yaitu waktu, dana, tersedianya responden, fasilitas dan alat (Nursalam, 2003).

Dalam hal ini karena tersedianya responden yang dapat dijadikan sampel dalam penelitian yang terdapat di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta, hal ini sesuai dengan pendapat Nursalam (2008) karena keterbatasan waktu dan dana seorang peneliti perlu menentukan responden yang tersedia yang tidak memerlukan biaya yang banyak sehingga peneliti menetapkan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta sebagai tempat penelitian.

Berdasarkan data diatas peneliti ingin meneliti dan mengetahui apakah benar pola makan berhubungan dengan terjadinya obesitas khususnya pada usia remaja di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tentang pola makan.
- b. Mengetahui tentang obesitas.
- c. Mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Bagi mahasiswa

Untuk menginformasikan bagaimana cara mengatur pola makan yang sehat dan memberikan pengetahuan tentang obesitas itu sendiri serta dampak yang akan timbul dari masalah tersebut.

2. Bagi institusi pendidikan

Memberi masukan sebagai acuan penelitian lebih lanjut tentang terjadinya berat badan berlebih pada mahasiswa.

3. Bagi peneliti lain

Dapat menggunakan penelitian ini sebagai perbandingan dan dapat dikembangkan lagi untuk penelitian-penelitian berikutnya.

E. Keaslian Penelitian

Berikut merupakan penelitian yang berkaitan dengan obesitas yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sismoyo (2006), meneliti tentang konsumsi *fast food* sebagai faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja usia 15-17 tahun di SMUN 3 Semarang. Metode penelitian menggunakan

observasional analitik dengan pendekatan *case control study*. Populasi penelitiannya adalah siswa-siswi kelas 1 dan 2 SMUN 3 Semarang, sampel kasus adalah siswa-siswi yang mengalami obesitas berumur 15-17 tahun. Penelitian menunjukkan bahwa *fast food* merupakan faktor risiko yang menyebabkan terjadinya obesitas. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu, pada penelitian diatas jenis penelitiannya yaitu observasional analitik dengan pendekatan *case control study*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Jika penelitian diatas populasinya kelas 1 dan 2 maka pada penelitian yang akan dilakukan populasinya adalah mahasiswa di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

2. Leane (2005) yang meneliti tentang hubungan pengetahuan orang tua tentang status gizi dengan kejadian berat badan anak usia remaja di Semarang. Peneliti ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian berat badan berlebih, artinya semakin tinggi pengetahuan orang tua tentang status gizi maka angka kejadian berat badan berlebih semakin rendah. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada variabel, jika penelitian diatas variabel terikatnya adalah pengetahuan orang tua sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan variabel terikatnya adalah pola makan.

3. Oktiningrum (2007) yang meneliti hubungan pengetahuan dengan sikap dan perilaku mengkonsumsi *fast food* pada remaja dengan obesitas. Kriteria inklusi penelitian ini adalah mahasiswa semester satu, tidak memiliki keturunan obesitas, remaja dengan perekonomian menengah ke atas dan yang kooperatif. Pengukuran pengetahuan menggunakan kuesioner dengan kategori tinggi, sedang dan rendah. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap dan perilaku mengkonsumsi *fast food* pada remaja yang obesitas.