

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas adalah suatu kelainan akibat penimbunan jaringan lemak tubuh yang berlebihan. Obesitas pada anak sampai kini masih menjadi masalah, dimana satu dari sepuluh anak di dunia ini mengalami obesitas dan peningkatan obesitas pada anak dan remaja saat ini sejajar dengan orang dewasa. Populasi anak-anak dan remaja yang kegemukan atau obesitas telah naik 10 kali lipat dalam empat dasawarsa terakhir (Puspitasari, 2017).

Indonesia saat ini sedang menghadapi masalah gizi ganda salah satunya adalah obesitas pada remaja. Data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa remaja dengan usia 13–15 tahun memiliki prevalensi overweight dan obesitas sebanyak 8,3% dan 2,5%. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun. Data menurut Kemenkes (2019) menunjukkan bahwa pada tahun 2015 di Propinsi Lampung perempuan sebesar 7,64% dan laki-laki sebesar 9,3%, sementara di Kota Bandar Lampung perempuan sebesar 2,43% dan laki-laki sebesar 3,62%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Fatria (2019) di SMA Muhammadiyah 1 Pontianak dilakukan skrining pada 393 siswa dengan melakukan penimbangan berat badan dan tinggi badan diperoleh hasil remaja yang obesitas sebesar 21,11%, remaja yang dengan status gizi normal sebesar 57,76% sedangkan remaja yang status gizi kurus sebesar 21,11%.

Penyebab terjadinya kelebihan berat badan dan obesitas berkaitan dengan berbagai faktor antara lain jenis kelamin, aktivitas fisik, pengetahuan gizi dan asupan gizi.

Jenis kelamin merupakan faktor terjadinya obesitas dimana wanita memiliki risiko lebih besar daripada laki-laki. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Nugroho (2020) didapatkan bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dan umur terhadap obesitas. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa perempuan memiliki

peluang risiko terjadinya obesitas sebesar 0.595 daripada laki laki Sedangkan umur responden ≤ 14 tahun memiliki risiko mengalami obesitas sebesar 1.490 dibandingkan responden yang berumur >14 tahun.

Aktivitas fisik merupakan faktor terjadinya obesitas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Anhhitasari dan Hunandar (2015) di SMA N 3 Semarang pada 28 siswa kelas X diperoleh hasil aktivitas fisik siswa SMA N 3 Semarang di bandingkan dengan AMB (Angka Metabolisme Basal) yang memiliki aktivitas ringan pada kelompok kasus sebesar 100% sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 50%.

Pengetahuan gizi merupakan faktor terjadinya obesitas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Jufri S. dkk. (2019) pada 36 siswa SMK Negeri 1 Biaro, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara tingkat pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas pada siswa SMK Negeri 1 Biaro.

Asupan gizi seseorang juga dapat menjadi faktor terjadinya obesitas. Asupan gizi meliputi asupan energi, asupan lemak, asupan protein, dan asupan karbohidrat. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lisnawati dkk. (2016) pada remaja di SMA Katolik Santo Andreas Palu diperoleh hasil asupan energi yang ditemukan dalam penelitian ini adalah kurang dan cukup saja, asupan energi yang kurang sebanyak 83,1%. Sedangkan asupan energi yang cukup sebesar 16,9%. Asupan protein yang ditemukan dalam penelitian ini adalah kurang, cukup dan lebih, asupan protein kurang sebanyak 23,4%, asupan protein cukup sebanyak 39,0% dan asupan protein lebih sebanyak 37,7%. Adapun asupan lemak yang ditemukan dalam penelitian ini adalah cukup dan kurang saja, asupan lemak yang kurang sebanyak 77,9%. Sedangkan asupan lemak yang cukup sebanyak 22,1%. Dalam penelitian ini beberapa responden yang memiliki asupan makan yang kurang ternyata memiliki status obesitas, menurut asumsi peneliti hal ini dapat dikaitkan dengan faktor keturunan yang mana dalam penelitian ini sebesar 43,3% orang tua obesitas, dan faktor lain yang diduga-duga adalah rendahnya aktifitas fisik yang dilakukan, sebagaimana kita ketahui bahwa aktifitas fisik yang sangat rendah dapat memicu penimbunan lemak.

Dampak yang terjadi pada obesitas yaitu dari berbagai penyakit tidak menular seperti penyakit diabetes mellitus, hipertensi, stroke, serangan jantung dan

gagal ginjal kanker dan penyakit tidak menular lainnya (Adriani dan Bambang, 2012). Beberapa studi menunjukkan bahwa risiko yang paling rendah untuk penyakit jantung, DM, dan beberapa jenis kanker adalah mereka yang mempunyai nilai IMT 21-25, risiko meningkat sedikit jika nilai IMT 25-27, risiko nyata jika IMT 27-30, risiko sangat menonjol jika IMT >30 (Prananta, 2015).

SMA Al-Azhar 3 merupakan salah satu sekolah menengah atas swasta yang di Bandar Lampung. Letaknya strategis, sehingga lebih mudah dijangkau oleh peneliti. Selain itu juga belum ada penelitian sebelumnya terkait obesitas yang dilakukan di sekolah ini. Berdasarkan survei pendahuluan di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung yang dilakukan peneliti dari 15 orang perwakilan dari siswa kelas 10 SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung diperoleh hasil yang kurang pengetahuan gizi sebesar 93,3% dan yang mengalami obesitas sebesar 53,3%. Berdasarkan uraian diatas membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada siswa di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian maka rumusan masalah yang dapat diambil “Bagaimana gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada siswa kelas X SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada siswa kelas X di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk diketahui jenis kelamin pada siswa kelas X SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung
- b. Untuk diketahui status gizi obesitas pada siswa kelas X SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung

- c. Untuk diketahui aktivitas fisik pada siswa kelas X SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung
- d. Untuk diketahui pengetahuan gizi pada siswa kelas X SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung
- e. Untuk diketahui asupan gizi makro (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat) pada siswa kelas X SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang obesitas dan faktor-faktor risikonya. Hasil ini diharapkan menjadi referensi bagi penelitian-penelitian di masa yang akan datang.

2. Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dalam upaya hubungan masalah gizi terutama obesitas di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung dan sebagai bahan evaluasi program penanganan obesitas pada siswa di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung, sehingga gangguan dan hambatan dapat ditangani.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan dengan rancangan penelitian bersifat deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada kelas X di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung. Subjek dalam penelitian adalah siswa kelas X di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung. Penelitian ini dilakukan di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2023. Penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara kepada responden dengan bantuan kuesioner. Variabel yang akan diteliti meliputi jenis kelamin, status gizi, aktivitas fisik, pengetahuan gizi, dan asupan gizi makro (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat).