

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas didefinisikan sebagai kelebihan berat lebih dari 20% berat badan ideal (BBI) atau berat badan yang diinginkan dan terdapatnya penimbunan lemak yang berlebihan dari yang diperlukan untuk fungsi tubuh. Dilihat dari faktor-faktor penyebab obesitas berhubungan dengan tingkat konsumsi energi anak dan jenis aktivitas yang dilakukannya (Wirakusumah, 2012). Bila tidak cepat dicegah serta dilakukan upaya penanggulangan, maka akan terjadi risiko-risiko yang berhubungan dengan kesehatan. Risiko yang berhubungan seperti pertumbuhan dan perkembangan fisik lebih cepat matang, gangguan psikososial. Bila berlanjut menjadi obesitas dewasa yang merupakan faktor risiko timbulnya beberapa penyakit (Mutadin, 2012).

Kegemukan dan obesitas didefinisikan oleh WHO sebagai akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang dapat menimbulkan risiko kesehatan ke individu. Kegemukan dan obesitas merupakan faktor risiko utama untuk sejumlah penyakit kronis, termasuk diabetes, penyakit jantung dan kanker sementara itu kegemukan atau obesitas pernah menjadi masalah hanya di negara berpenghasilan tinggi, kelebihan berat badan dan obesitas meningkat secara dramatis kini di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Negara-negara seperti sekarang menghadapi "beban ganda" dari penyakit, untuk sementara mereka terus berhubungan dengan masalah penyakit menular dan

kurang gizi, mereka juga mengalami kenaikan pesat dalam faktor risiko penyakit kronis seperti obesitas dan kelebihan berat badan, terutama di perkotaan.

Di Indonesia, angka prevalensi obesitas juga menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan. Berdasarkan data SUSENAS tahun 2004, prevalensi obesitas pada anak telah mencapai 11%. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, prevalensi nasional obesitas umum pada penduduk berusia ≥ 15 tahun adalah 10,3% terdiri dari laki-laki 13,9%, dan perempuan 23,8%, sedangkan prevalensi *overweight* pada anak-anak usia 6-14 tahun pada laki-laki 9,5% dan pada perempuan 6,4%. Angka ini hampir sama dengan estimasi WHO sebesar 10% pada anak usia 5-17 tahun.

Kejadian obesitas di negara-negara maju seperti di negara-negara Eropa, Amerika, dan Australia telah mencapai tingkatan epidemi. Kejadian ini tidak hanya terjadi di negara-negara maju saja, obesitas di beberapa negara berkembang bahkan telah menjadi masalah kesehatan yang lebih serius. Sebagai contoh, 70% dari penduduk dewasa Polynesia di Samoa masuk kategori obesitas (WHO, 1998).

Prevalensi obesitas juga meningkat sangat tajam di kawasan Asia-Pasifik. Di Korea selatan 20,5% penduduk tergolong *overweight* dan 1,5% tergolong obesitas. Di Thailand, 16% penduduknya mengalami *overweight* dan 4% mengalami obesitas. Di daerah perkotaan Cina, prevalensi *overweight* adalah 12,% pada laki-laki dan 14,4% pada

perempuan, sedang di daerah pedesaan prevalensi *overweight* pada laki-laki dan perempuan masing - masing adalah 5,3% dan 9,8% (Inoue, 2000).

Menurut Minor dan Mowen (2002), gaya hidup adalah menunjukkan bagaimana orang hidup, bagaimana membelanjakan uangnya, dan bagaimana mengalokasikan waktu. Selain itu, gaya hidup menurut Suratno dan Rismiyati (2001) adalah pola hidup seseorang dalam dunia kehidupan sehari-hari yang dinyatakan dalam kegiatan, minat dan pendapat yang bersangkutan. Gaya hidup mencerminkan keseluruhan pribadi yang berinteraksi dengan lingkungan. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa gaya hidup adalah pola hidup seseorang yang dinyatakan dalam kegiatan, minat dan pendapatnya dalam membelanjakan uangnya dan bagaimana mengalokasikan waktu.

Gaya hidup juga merupakan pola hidup seseorang di dunia yang diekspresikan dalam aktivitas, minat, dan opininya sedangkan menurut Assael (1984), gaya hidup menggambarkan “keseluruhan diri seseorang” dalam berinteraksi dengan lingkungannya (Kotler, 2002).

Penelitian ini berkiblat pada surah alqur'an QS Al A'raf:31

(31) يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفَ

Auratmu (di setiap memasuki mesjid) yaitu di kala hendak melakukan salat dan tawaf (makan dan minumlah) sesukamu (dan janganlah berlebih-lebihan). Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan”

Mengingat jumlah penderita obesitas yang semakin meningkat dari setiap periode maka peneliti ingin melakukan penelitian mengenai obesitas

yang terjadi pada anak yang dihubungkan dengan pola hidup pada anak. Hal ini diharapkan dapat membantu keluarga dalam menurunkan obesitas.

B. Rumusan Masalah

Rumusan pada penelitian ini adalah “bagaimanakah hubungan obesitas dengan pola hidup pada anak?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

Untuk mengetahui hubungan obesitas dengan pola hidup pada anak.

2. Tujuan Khusus :

- a. Untuk mengetahui pola hidup anak di lingkungan rumah.
- b. Untuk mengetahui pola hidup anak di lingkungan sekolah.
- c. Menjelaskan hubungan obesitas dan pola hidup anak.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini :

1. Bagi peneliti

Dapat memperkaya pengetahuan dan wawasan para peneliti terutama mengenai obesitas pada anak.

2. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang obesitas pada anak dan faktor risikonya.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian mengenai obesitas pernah diteliti oleh Radhitya A.F dan Larasati TA (2013) dengan judul penelitian “Hubungan Antara Aktivitas

Fisik Dan Tingkat Konsumsi Energi Anak Terhadap Kejadian Obesitas Pada Siswa SD Negeri 2 Rawalaut Bandar Lampung”. Hasil penelitian ini adalah 58% responden non obesitas, 62,9% responden tingkat aktivitas sedang dan 46,8% responden tingkat konsumsi energi defisit. Pada analisa bivariat ada hubungan bermakna antara tingkat konsumsi energi terhadap kejadian obesitas dengan nilai $p=0,001$. Pada tingkat aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas diketahui tidak ada hubungan bermakna dengan nilai $p=0,211$. Dari hasil penelitian disarankan agar diadakan penyuluhan mengenai gizi dan kesehatan anak oleh ahli gizi yang ditujukan pada orang tua sehingga orang tua mengetahui mengenai gizi, pola hidup sehat dan aktivitas fisik yang baik dan benar pada anak.

2. Penelitian terkait juga pernah diteliti oleh Anam MS (2010) dengan judul penelitian “Pengaruh Intervensi Diet Dan Olahraga Terhadap Indeks Massa Tubuh, Kesegaran Jasmani, hsCRP Dan Profil Lipid Pada Anak Obesitas”. Dua puluh (17 laki-laki dan 3 perempuan) subyek menyelesaikan penelitian. Didapatkan penurunan indeks massa tubuh sebesar $0,6 \text{ kg/m}^2$, peningkatan tingkat kesegaran jasmani sebesar $1,66 \text{ ml/kg/menit}$, penurunan kadar LDL darah $13,5 \text{ mg/dL}$ dan peningkatan kadar HDL darah $7,5 \text{ mg/dL}$, secara bermakna sebelum dan sesudah intervensi diet dan olahraga. Sedangkan kadar kolesterol, hsCRP tidak berbeda secara bermakna sebelum dan sesudah intervensi. Asupan diet harian berbeda secara bermakna sebelum dan sesudah intervensi $421,3 \text{ kkal/hari}$.