

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang penting saat ini, karena makin bertambahnya jumlah orang yang mengalami kegemukan (obesitas). Di Amerika, pada tahun 2000; 38,8 juta remaja Amerika menderita kelebihan berat badan, dilaporkan juga bahwa hampir separuh anggota ketentaraan menderita obesitas. Sementara itu, di Arab Saudi, angka kegemukan mencapai 66% dari total wanita dewasa, 18% pada remaja, dan untuk anak-anak mencapai 15% (Niemtzow *et.al.*,1999).

Obesitas menimbulkan berbagai dampak, baik dari segi psikososial maupun masalah medis. Tanpa disadari secara diam-diam, penyakit degeneratif seperti jantung koroner, hipertensi, DM, kanker, dan lain-lain siap mengintai orang dengan status obesitas. Resiko menderita penyakit-penyakit tersebut pada penderita obesitas dapat meningkat sampai beberapa kali orang dengan berat badan normal. Di samping itu obesitas mengakibatkan banyak kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, mengeluarkan biaya yang besar untuk mencegah dan mengobati penyakit-penyakit tersebut.

Usaha untuk mengurangi berat badan yang berlebih merupakan suatu langkah yang bijak untuk menjalani hidup sehat dan terhindar dari resiko menderita penyakit-penyakit berbahaya. Banyak cara untuk mengurangi berat badan, di antaranya adalah mengatur pola makan, yaitu diet yang benar dan masuk akal; olahraga secara teratur; perubahan perilaku hidup sehari-hari; serta dengan pengobatan di bawah pengawasan ahli medis (Yudhanti, 2002).

Dalam beberapa kasus obesitas, penurunan berat badan dengan diet dan olahraga saja kadang belum cukup berarti, sehingga perlu pula dibantu dengan pengobatan. Beberapa tahun belakangan ini, metoda pengobatan dengan pengawasan ahli medis dalam mengatasi obesitas menjadi sangat terkenal. Salah satunya terapi alternatif akupunktur. Di Amerika, tak kurang dari 1 juta orang menggunakan akupunktur. Banyak orang memilih cara ini karena, efektifitas menurunkan berat badan cukup tinggi. Dari penelitian pada 802 kasus obesitas di Indonesia yang ditangani dengan akupunktur, 594 kasus memberikan hasil adanya penurunan berat badan setelah terapi selama 8 minggu, ditandai dengan penurunan sebanyak 7 – 10 kilogram. Selain itu, terapi ini hampir tanpa efek samping yang serius dibandingkan dengan terapi lain yang menggunakan obat-obatan (Santoso, 2000; Ningsih, 2001).

## **1.2. Perumusan Masalah**

Dari uraian latar belakang di atas, tingginya angka prevalensi obesitas cukup mengkhawatirkan. Lebih-lebih lagi, obesitas merupakan salah satu faktor resiko dari penyakit-penyakit degeneratif. Mengurangi berat badan adalah langkah yang tepat untuk hidup sehat. Banyak cara untuk mengatasi obesitas, salah satunya terapi alternatif akupunktur yang saat ini gencar dilakukan banyak orang.

Oleh karena itu, cukup layak jika dirumuskan masalah penelitian bagaimana efek terapi akupunktur dalam mengatasi obesitas.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek dari terapi akupunktur dalam mengatasi obesitas.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dari dilakukannya penelitian ini adalah :

- a. memberikan gambaran mengenai efek terapi akupunktur dalam mengatasi obesitas.
- b. untuk memberikan informasi tentang titik-titik yang digunakan dalam terapi akupunktur pada obesitas.

- c. Melengkapi dan menambah informasi kepada pihak-pihak lain tentang efek terapi akupunktur terhadap obesitas.