

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan data dari Riskesdas 2018 oleh Kementerian Kesehatan Indonesia dijelaskan kejadian berat badan berlebih/*overweight* dan obesitas pada remaja maupun dewasa di Indonesia masih menjadi masalah. Tahun 2018 kejadian *overweight* pada usia >18 tahun meningkat sebesar 7% dan obesitas meningkat sebesar 2,1% dibandingkan tahun 2013. Obesitas usia >18 tahun di Jawa Timur masih tinggi dibandingkan dengan prevalensi obesitas secara menyeluruh di Indonesia, yaitu diatas 21,8%. Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2018 menunjukkan jumlah penderita status gizi lebih *overweight* dan obesitas usia > 15 tahun di Kota Malang sebesar 26,54%.

Menurut penelitian Abdullah pada tahun 2014, obesitas terkait dengan banyak hal kondisi medis, psikologis, dan sosial. Angka obesitas yang meningkat di Indonesia perlu diwaspadai terutama pada remaja karena memiliki risiko besar untuk terkena berbagai penyakit kronik dan meningkatkan risiko obesitas pada dewasa (NHIS, 2009). Signifikansi ditunjukkan bahwa obesitas meningkatkan insiden diabetes, penyakit jantung koroner dan beberapa kanker di masa dewasa (Llewellyn, 2016).

Pola makan dikaitkan dengan obesitas sesuai dengan hasil analisis komparatif menggunakan *fisher exact test* menunjukkan secara keseluruhan terdapat hubungan yang sangat bermakna dengan asupan energi, karbohidrat, protein dan lemak terhadap status obesitas. Dengan kata lain pola makan dapat dikatakan sebagai salah satu faktor risiko terjadinya obesitas (Mokolensang, 2016)

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada murid SMA di Yogyakarta dimana remaja dengan asupan energi berlebih berisiko 4,69 kali lebih besar mengalami obesitas dibandingkan dengan remaja yang memiliki asupan energi cukup. Demikian juga untuk asupan lemak dan karbohidrat yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja yang obesitas memiliki rerata asupan yang lebih tinggi. Remaja dengan asupan lemak dan

karbohidrat yang lebih, berisiko 2 kali lebih besar mengalami obesitas dibandingkan dengan remaja yang memiliki asupan lemak dan karbohidrat cukup (Kurdanti, 2015).

Kadar *low-density lipoprotein (LDL)* tinggi dan kadar *high-density lipoprotein (HDL)* rendah ditemukan di antara kelompok remaja yang memiliki IMT lebih tinggi, dengan peningkatan kadar kolesterol yang dicatat pada responden dengan peningkatan berat badan. IMT tinggi dikaitkan dengan peningkatan kadar *LDL* dan kolesterol serta penurunan kadar *HDL*. (Milyani, 2019). Terdapat signifikansi antara indeks massa tubuh (IMT) dan kadar glukosa darah puasa, serta antara rasio pinggang-pinggul dan glukosa darah puasa remaja sekolah menengah, hal ini berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan pada remaja kelas 2 SMA (Oluwayemi, 2015).

Pencegahan dan penanggulangan kegemukan dan obesitas pada anak sekolah salah satunya dengan berfokus pada perubahan pikiran, perasaan, perilaku guna mencapai tujuan terapi, hal penting yang dibutuhkan untuk merubah perilaku adalah melalui peningkatan pengetahuan (Putri, 2015). Berdasarkan hasil penelitian (Nurmasyita, 2016) terdapat penurunan IMT pada remaja *overweight* melalui peningkatan pengetahuan dan pendidikan tentang gizi.

Berdasarkan prevalensi kejadian gizi berlebih/*overweight* dan obesitas yang masih terjadi pada remaja maka perlu penelusuran faktor risiko dan faktor penyebab terjadinya obesitas pada remaja yang dapat menyebabkan berbagai macam penyakit degeneratif dan dampak bahaya lainnya, sehingga analisis yang dilakukan ini diharapkan dapat menjadi kajian lebih dalam tentang faktor risiko dan faktor penyebab kejadian *overweight* pada remaja.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan pola makan dan asupan zat gizi makro terhadap kadar kolesterol total dan kadar glukosa darah pada remaja *overweight*?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola makan dan asupan zat gizi makro terhadap kadar kolesterol total dan kadar glukosa darah pada remaja *overweight*.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pola makan remaja *overweight*
- b. Menganalisis asupan zat gizi makro remaja *overweight*
- c. Menganalisis kadar glukosa darah remaja *overweight*
- d. Menganalisis kadar kolesterol total remaja *overweight*
- e. Menganalisis hubungan pola makan dan asupan zat gizi makro terhadap kadar kolesterol total dan glukosa darah pada remaja *overweight*

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teori

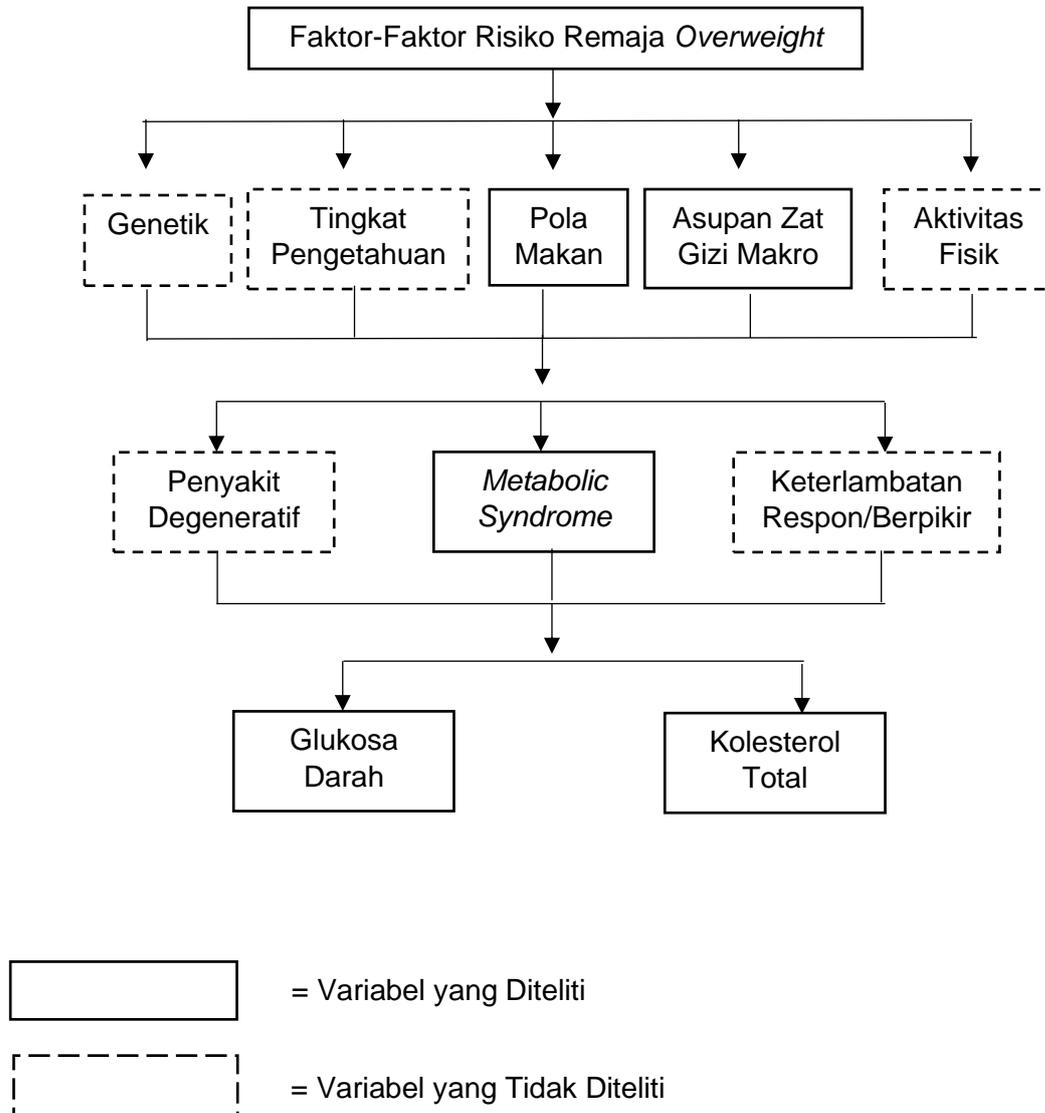
Sebagai kajian lebih dalam tentang faktor risiko dan faktor penyebab kejadian *overweight* pada remaja *overweight*.

2. Manfaat Praktis

- a. Sebagai acuan dalam melaksanakan intervensi lebih lanjut pada remaja *overweight*
- b. Sebagai acuan dalam kegiatan pencegahan kejadian obesitas pada remaja *overweight*
- c. Sebagai acuan dalam kegiatan penanggulangan kejadian obesitas pada remaja *overweight*

E. Kerangka Teori

Analisis Hubungan Pola Makan dan Asupan Zat Gizi Makro Terhadap Kadar Kolesterol Total dan Kadar Glukosa Pada Remaja *Overweight*



Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian Analisis Hubungan Pola Makan dan Asupan Zat Gizi Makro Terhadap Kolesterol Total dan Kadar Glukosa Pada Remaja *Overweight*