

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang disebabkan oleh banyak faktor, sehingga penanggulangannya tidak cukup dengan pendekatan medis maupun pelayanan kesehatan saja (Supariasa dkk, 2012). Masalah gizi, yaitu gizi kurang maupun gizi lebih, akan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit, khususnya resiko terjadinya penyakit tidak menular. Bila masalah ini berlanjut akan beresiko sangat fatal. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020), saat ini Indonesia mempunyai tiga beban masalah gizi (triple burden) yaitu stunting, wasting dan obesitas serta kekurangan zat gizi mikro seperti anemia.

Di Indonesia, 13,5% orang dewasa usia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan, sementara itu 28,7% mengalami obesitas dengan IMT \geq 25 dan berdasarkan indikator RPJMN 2015-2019 sebanyak 15,4% mengalami obesitas dengan IMT \geq 27. Dalam satu decade terakhir, prevalensi obesitas di seluruh dunia meningkat dengan drastis sehingga menempatkan masalah gizi ini menjadi salah satu masalah yang harus diperhatikan dengan serius. Prevalensi kelebihan berat badan tertinggi terdapat di wilayah WHO Amerika dan terendah berada di wilayah WHO *South-East Asia*. Obesitas tidak boleh dianggap hanya sebuah konsekuensi dari gaya hidup yang tidak sehat sehingga menimbulkan risiko signifikan bagi kesehatan.

Menurut WHO (2016), penyebab obesitas dapat disebabkan oleh penurunan aktivitas fisik. Selain itu menurut Parvez dalam 20 tahun terakhir, kejadian obesitas telah menjadi tiga kali lipat di negara-negara berkembang dengan aktivitas fisik berkurang. Standar rekomendasi aktivitas fisik dalam program pengontrolan berat badan dalam 1000 kkal/minggu, kira-kira sama dengan energi yang dikeluarkan dalam berjalan 30 menit/hari dan sesuai dengan aktivitas fisik secara umum yang direkomendasikan oleh The Center for Disease Control and Prevention. The Institute of Medicine merekomendasikan aktivitas sedang selama 60 menit/hari untuk menurunkan berat badan (Deborah, 2007). Pada penelitian yang dilakukan oleh Nova (2017) bahwa kejadian obesitas lebih banyak pada responden dengan aktivitas fisik ringan (51,5%) dibandingkan dengan yang memiliki aktivitas fisik berat (30,6%), nilai $p = 0,026$ ($pvalue < 0.05$) menyatakan ada hubungan aktifitas fisik

dengan kejadian obesitas. Obesitas adalah dasar dari berbagai penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes dan penyakit kardiovaskuler yang saat ini masin menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia dan diperkirakan akan terus meningkat.

Obesitas dapat ditimbulkan karena gaya hidup dan makanan yang berlebihan yang menyebabkan beberapa penyakit metabolik. Tekanan darah yang tinggi dan meningkatnya permeabilitas sistemik terhadap albumin memegang peranan terhadap disfungsi endotel. Hal tersebut ditandai dengan meningkatnya kadar albumin. Peningkatan kadar albumin dalam darah terjadi karena banyaknya protein dalam tubuh. Albumin merupakan protein terbanyak dalam plasma darah yang nilainya dapat dijadikan sebagai salah satu indicator penentuan status kesehatan serta gangguan asupan zat gizi terutama protein dalam waktu yang lama.

Pada penderita obesitas kadar albumin dalam darah akan cenderung rendah karena obesitas merupakan keadaan peradangan atau inflamasi dan cenderung mengalami malnutrisi dibandingkan dengan orang yang tidak obesitas. Dalam penelitian ini buah takokak mengandung antioksidan sehingga dapat menangkal efek buruk dari tingginya kadar albumin dalam darah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggi Apriansyah dan Ratna Indriawati tentang pengaruh seduhan teh Rosella (*Hibiscus sabdariffa L*) terhadap kadar albumin pada *Rattus norvegicus* yang diinduksi CCl_4 bahwa pemberian seduhan teh Rosella selama 14 hari dapat meningkatkan kadar albumin pada *Rattus Norvegicus*.

Pemanfaatan buah takokak sebagai minuman teh herbal dan es krim belum ada di Indonesia dan di luar negeri. Teh dikonsumsi di berbagai belahan dunia sebagai minuman penyegar dan di percaya berfungsi bagi kesehatan karena mengandung antioksidan yang bisa melindungi sel-sel jaringan dalam tubuh dikarenakan adanya senyawa radikal bebas. Sedangkan es krim dikonsumsi sebagai makanan untuk memanjakan lidah.

Penelitian dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Rabbani Singosari yang di dalamnya terdapat organisasi Salimah yang beranggotakan wanita usia golongan dewasa yang bertugas menjadi pengurus di LKSA tersebut. Peneliti tertarik untuk menjadikan LKSA Rabbani Singosari menjadi tempat penelitian karena telah tercipta hubungan baik dan adanya support dari pengurus LKSA (Organisasi Salimah).

Berdasarkan uraian-uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Teh Takokak dan Es Krim Takokak Terhadap Kadar Albumin pada penderita *overweight* dan obesitas.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh pemberian teh takokak dan es krim takokak terhadap kadar albumin pada penderita *overweight* dan obesitas?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh pemberian teh takokak dan es krim takokak terhadap kadar albumin pada penderita *overweight* dan obesitas.

2. Tujuan Khusus

a. Menganalisis pengaruh pemberian teh takokak dan es krim takokak terhadap tingkat kepatuhan pada intervensi produk.

b. Menganalisis pengaruh pemberian teh takokak dan es krim takokak terhadap kadar albumin pada penderita *overweight* dan obesitas.

D. Manfaat penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi Institusi

Memberikan pengetahuan lebih mendalam tentang konsumsi teh dan es krim takokak (*solanum torvum swatz*) untuk penderita *overweight* dan obesitas.

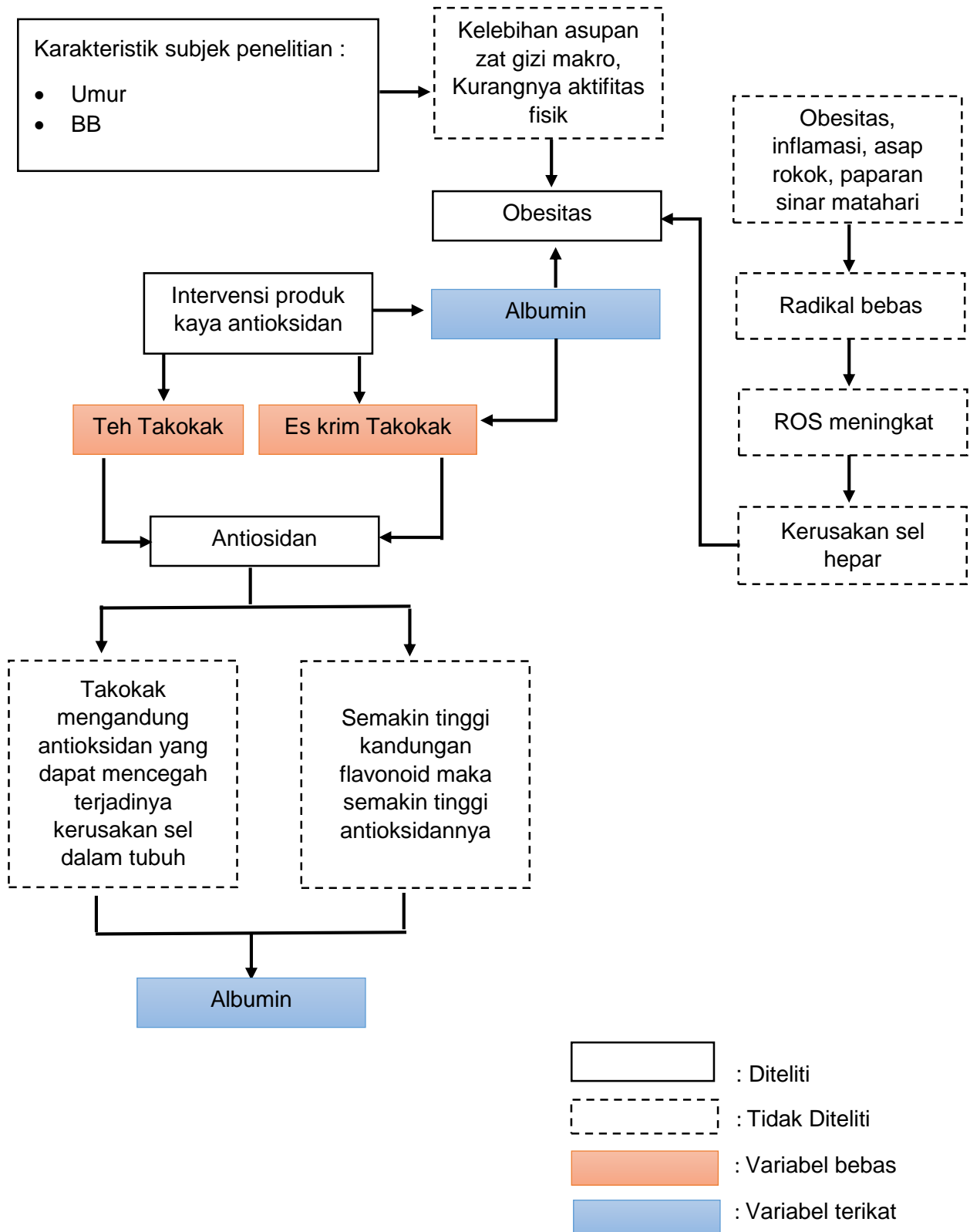
2. Bagi Masyarakat

Membantu masyarakat agar lebih dapat mencegah keluarga dari terjadinya *overweight* dan obesitas.

3. Bagi Peneliti

Peneliti memperoleh ilmu dan pengalaman sehingga akan termotivasi untuk meningkatkan potensi diri dengan adanya pemberian teh dan es krim takokak (*solanum torvum swatz*) untuk penderita *overweight* dan obesitas.

E. Kerangka Konsep



Pada orang dewasa yang mengalami obesitas sangat beresiko mengalami stress oksidatif dibandingkan dengan orang dewasa dengan IMT normal. Stress oksidatif merupakan suatu keadaan dimana kelebihan ROS (Reactive Oxygen Species) sehingga menyebabkan kerusakan sel hepar. Salah satu fungsi hepar yang paling penting ialah sebagai metabolisme protein salah satunya adalah albumin. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan kadar albumin rendah diantaranya obesitas, inflamasi dan faktor yang dapat menyebabkan kadar albumin menurun diantaranya yaitu asap rokok dan paparan sinar matahari. Salah satu cara alternative untuk mencegah kerusakan sel dan penyakit degenerative lainnya adalah dengan pemberian modifikasi minuman antioksidan dengan bahan dasar yang relative murah dan mudah dicari. Selama intervensi memerlukan kepatuhan yang tinggi dalam peningkatan kadar albumin.