

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kegemukan atau obesitas adalah suatu kondisi medis berupa kelebihan lemak tubuh yang terakumulasi sehingga menimbulkan dampak merugikan bagi kesehatan, yang kemudian menurunkan harapan hidup dan atau meningkatkan masalah kesehatan. Obesitas saat ini menjadi permasalahan dunia, WHO menetapkan obesitas sebagai *epidemic global*. Didunia ada sekitar 1.6 milyar orang dewasa berumur diatas 15 tahun kelebihan berat dan setidaknya sebanyak 400 juta orang dewasa obesitas pada tahun 2005. Di Indonesia prevalensi kejadian obesitas pada penduduk yang berusia > 18 tahun tertinggi pada provinsi Sulawesi Utara (40,54%); Kalimantan Timur (35,38% dan DKI Jakarta (34,67%) (Depkes, 2013). Kelebihan berat badan atau kegemukan dapat meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes sebnyaa 4,5 kali; hipertensi 2,5 kali dan penyakit jantung koroner sebesar 32%. Peningkatan risiko ini dapat meningkatkan perawatan kesehatan, kunjungan dokter, hilangnya hari kerja dan kematian. Selain itu juga menurunkan kualitas hidup (Lathi, 2002).

Obesitas meningkat seiring dengan penambahan usia, oleh karena itu obesitas banyak terjadi pada usia dewasa. Mahasiswa dalam rentang usianya digolongkan sebagai dewasa awal yaitu antara usia 18-25 tahun (Titis, 2012).

Kejadian obesitas pada mahasiswa terjadi terutama diakibatkan oleh pola makan yang tidak teratur. Pola makan ini dipengaruhi oleh jadwal kuliah yang padat sehingga mahasiswa lebih cenderung membeli makanan siap saji. Jadwal yang padat juga mengurangi waktu untuk berolah raga. Selain itu kebijakan universitas seperti pemasaran makanan, pengaturan makanan sehat di kantin kampus dan fasilitas serta waktu untuk melakukan olah raga dapat mempengaruhi kejadian obesitas (Surjadi, 2009). Pada mahasiswa khususnya mahasiswa tahun pertama sering mengalami stress dan kecemasan yang dilakukan karena terjadi perubahan sosial dan lingkungan belajar. Dimana pada stress yang dialami dapat terjadi peningkatan obesitas (Sinaga, 2014).

Obesitas sering disebabkan oleh kombinasi antara asupan energi makanan yang berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, dan kerentanan genetik, meskipun sebagian kecil kasus terutama disebabkan oleh gen, gangguan endokrin, obat-obatan atau penyakit psikiatri. Hanya sedikit bukti yang mendukung pandangan bahwa orang yang gemuk makan sedikit namun berat badannya bertambah karena metabolisme tubuh yang lambat. Rata-rata orang gemuk mengeluarkan energi yang lebih besar dibandingkan orang yang kurus karena dibutuhkan energi untuk menjaga massa tubuh yang lebih besar (Kusher, 2007). Beberapa gaya hidup juga mempengaruhi obesitas seperti tingginya konsumsi minuman beralkohol, kebiasaan merokok, tingginya konsumsi makanan berlemak rendahnya konsumsi sayuran dan buahan dan rendahnya aktivitas fisik.

Selain itu peningkatan umur , perbedaan jenis kelamin diduga juga berhubungan dengan kejadian obesitas (Reynolds, 2007)

Penelitian yang dilakukan Sugianti tahun 2009 didapatkan umur, jenis kelamin dan sosial ekonomi berhubungan nyata dengan kejadian obesitas (Sugianti, 2009). Penelitian yang dilakukan Bantarpraci pada tahun 2012 terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan gizi, pendidikan terakhir, asupan energi, asupan protein, asupan lemak dan asupan karbohidrat dengan kejadian obesitas pada PNS (Bantarpraci, 2012). Penelitian yang dilakukan Suryaputra tahun 2012 selain aktivitas fisik dan asupan makanan terdapat hubungan yang bermakna antara uang saku, stres dan genetik terhadap kejadian obesitas (Suryaputra, 2012).

Penelitian mengenai hubungan faktor risiko obesitas terhadap mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung belum pernah dilakukan. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui faktor apa saja yang berhubungan dengan obesitas pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah aktivitas fisik, asupan makanan, jenis kelamin, rokok, stres, uang saku, tempat tinggal dan riwayat keluarga berhubungan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

1.3.1.1 Mengetahui faktor yang berpengaruh terhadap obesitas pada mahasiswa

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui pengaruh jenis kelamin, tempat tinggal, uang saku, aktivitas fisik, asupan makanan, rokok, stres dan riwayat keluarga terhadap kejadian obesitas pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung

1.3.2.2 Mengetahui faktor apa saja yang paling berpengaruh terhadap kejadian obesitas pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1.4.1.1 Untuk memberikan sumbangan pemikiran data mengenai faktor faktor yang berhubungan terhadap tingkat obesitas pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Sebagai bahan masukan bagi mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung untuk menghindari faktor risiko yang dapat menimbulkan obesitas agar kesehatan, kualitas hidup meningkat dan mencegah komplikasinya.