

# **BABI**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Obesitas merupakan gangguan pada pengaturan nafsu makan dan metabolisme energi dengan suatu keadaan akumulasi lemak yang berlebih di jaringan adiposa (Sugondo, 2014). Obesitas dikarenakan ketidakseimbangan antara konsumsi makanan terlalu banyak dibandingkan energy yang dikeluarkan (Lestari, 2011). Zaman modern seperti saat ini, banyak remaja yang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi yang bertempat tinggal berpisah dengan orang tua. Hal ini menyebabkan mahasiswa sering mengonsumsi makanan cepat saji. Pola makan akan mengalami perubahan yang semula tinggi karbohidrat, tinggi serat, rendah lemak menjadi pola makan baru yang rendah karbohidrat, rendah serat, dan tinggi lemak. Kemajuan teknologi informasi seperti kendaraan bermotor, *gadget*, komputer, televisi menyebabkan berkurangnya aktivitas fisik pada mahasiswa (Ardiyanti, 2014).

Obesitas mempunyai angka kejadian yang tinggi di dunia, begitu pula di Indonesia. Kejadian obesitas di Indonesia semakin bertambah dari tahun ke tahun (Trihono, 2013). Penderita obesitas bervariasi, mulai usia bayi, anak, remaja, dewasa, dan orang usia lanjut. Obesitas bukan hanya berpengaruh buruk terhadap penampilan karena membuat orang tidak percaya diri, namun memiliki berbagai dampak buruk bagi kesehatan seperti hipertensi, gout, jantung koroner, diabetes mellitus, kanker, dan kematian (Widiantini *et al.*,

2014). Oleh karena itu, identifikasi faktor risiko sejak dini pada suatu populasi perlu dilakukan sebagai upaya pencegahan komplikasi.

Angka kejadian obesitas di dunia pada penduduk dewasa sebesar 37%, sedangkan pada anak sebesar 14%. Penduduk negara berkembang yang mengalami obesitas sebanyak 62%. Angka kejadian obesitas di Indonesia mencapai 19,6 % pada tahun 2013, di Jawa Tengah untuk laki-laki sebesar 19,7%, perempuan sebesar 32,9% dan di Semarang sebesar 24,3%. Obesitas memiliki banyak dampak, antara lain hipertensi (13,6%), gout (66,67%), jantung koroner (4,7%), diabetes mellitus(29,6%), kanker (30%) (Widiantini *et al.*, 2014; Pratiwi, 2013; Infodantin, 2014). Uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa obesitas menimbulkan banyak kerugian. Pencegahan melalui pengendalian berbagai faktor risiko obesitas perlu dilakukan.

Faktor obesitas meliputi faktor yang dapat dimodifikasi dan faktor yang tidak dapat dimodifikasi. Faktor yang dapat dimodifikasi adalah faktor yang dapat dikendalikan seperti asupan makan, aktivitas fisik, makanan ringan, pengetahuan gizi, psikologi, obat-obatan, budaya, uang saku. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi adalah faktor yang tidak dapat dikendalikan yaitu genetik, usia, hormonal, dan jenis kelamin (Widiantini *et al.*, 2014). Penelitian Herliani (2015) membuktikan bahwa asupan energi yang terlalu tinggi dan aktivitas fisik yang berkurang merupakan faktor risiko yang dapat menyebabkan obesitas (Herliani, 2015). Hal tersebut didukung oleh penelitian Aini (2013) yang membuktikan bahwa frekuensi kudapan yang berlebih dan aktivitas fisik yang rendah merupakan faktor risiko yang dapat menyebabkan

obesitas (Aini, 2013). Penelitian lain oleh Samodro (2015) membuktikan bahwa faktor genetik juga memengaruhi kejadian obesitas (Samodro, 2016).

Penelitian ini akan menganalisis faktor jumlah makan, konsumsi lemak jenuh, frekuensi makan, frekuensi makanan ringan, frekuensi olah raga, dan genetik yang akan berpengaruh terhadap kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung. Faktor risiko uang saku terhadap kejadian obesitas akan dikendalikan oleh peneliti karena akan memengaruhi konsumsi asupan makan seseorang (Munawwarah *et al.*, 2014 ). Penelitian Tama (2014) menyatakan rata-rata uang saku di Fakultas Ekonomi untuk biaya makan adalah Rp. 500.000,00 (Tama, 2014). Penelitian Munawwarah (2013) rata-rata uang saku di Fakultas Kedokteran untuk biaya makan adalah Rp. 750.000,00 (Munawwarah *et al.*, 2014). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan terdapat perbedaan jumlah uang saku di Fakultas Ekonomi dan Fakultas Kedokteran. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tersebut karena belum pernah dilakukan penelitian pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung. Alasan berikutnya terdapat perbedaan jumlah uang saku antara mahasiswa Fakultas Ekonomi dan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Selain itu, peneliti ingin memperoleh data untuk mengetahui faktor risiko yang paling berpengaruh terhadap kejadian obesitas di Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung, sehingga dapat dilakukan upaya pencegahan obesitas pada mahasiswa serta mencegah komplikasi obesitas.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Faktor apa saja yang memengaruhi kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui faktor yang berpengaruh terhadap obesitas pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1.3.2.1 Mengetahui faktor yang paling dominan berpengaruh terhadap kejadian obesitas.
- 1.3.2.2 Membuktikan jumlah makan berpengaruh terhadap kejadian obesitas.
- 1.3.2.3 Membuktikan frekuensi makan berpengaruh terhadap kejadian obesitas.
- 1.3.2.4 Membuktikan konsumsi lemak jenuh berpengaruh terhadap kejadian obesitas.
- 1.3.2.5 Membuktikan frekuensi makanan ringan yang berlebih berpengaruh terhadap kejadian obesitas.
- 1.3.2.6 Membuktikan frekuensi olah raga berpengaruh terhadap kejadian obesitas.
- 1.3.2.7 Membuktikan genetik berpengaruh terhadap kejadian obesitas.
- 1.3.2.8 Mengetahui faktor risiko paling besar terhadap kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Islam

Sultan Agung Semarang.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Berguna sebagai tambahan informasi mengenai obesitas di Fakultas Ekonomi Universitas Islam Sultan Agung Semarang dan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya terkait dengan pengelolaan risiko obesitas.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Memberikan informasi kepada mahasiswa tentang bahaya obesitas agar dapat melakukan pola hidup sehat dengan cara menjaga asupan makan sehat dan olahraga teratur agar terhindar dari risiko obesitas.

Tabel 1.1 Orisinalitas Penelitian

NAMA PENELITI, TAHUN PENELITIAN	JUDUL PENELITIAN	METODE PENELITIAN	HASIL PENELITIAN
Herliani E, 2015	<i>Beberapa faktor risiko obesitas pada polisi lalu lintas di kota semarang</i>	<i>Case Control</i> dengan 90 subjek penelitian pada polisi lalu lintas di kota Semarang	Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian obesitas adalah tingkat asupan energi yang berlebih dan kurangnya aktivitas fisik.
Aini S N, 2013	<i>Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja di Perkotaan</i>	<i>Cross Sectional</i> dengan 30 subjek penelitian pada siswa SMA Kesatrian 2 Semarang tahun 2012	Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dan frekuensi kudapan dengan obesitas pada remaja perkotaan
Samodro P, 2015	<i>Polimorfisme Gen A Transcription Factor 7 – Like 2 (TCF7L2) dan Fat Mass and Obesity Associated (FTO) serta Implikasi Klinisnya pada Pengidap</i>	<i>Case control</i> , dengan 100 pengidap DM tipe 2 obes dan 100 subyek non DM obes di klinik Penyakit Dalam RSUD Margono Soekarjo.	Faktor risiko genetik dapat memengaruhi terjadinya obesitas
Wahyusari, 2011	<i>Diabetes Mellitus Tipe 2 Obes Hubungan Pengetahuan dengan Obesitas di Desa Meteseh, Kecamatan Boja, Kabupaten Kendal</i>	<i>Cross sectional</i> , dengan 47 ibu rumah tangga di Desa Meteseh, Kecamatan Boja, Kabupaten Boja	Faktor pengetahuan tentang obesitas memengaruhi kejadian obesitas