

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Obesitas pada remaja menjadi permasalahan penting tidak hanya di Indonesia saja, melainkan berbagai negara di seluruh dunia. Prevalensi kegemukan terus meningkat setiap tahunnya. *World Health Organization* (WHO) melaporkan pada tahun 2014 sebanyak 39% anak berusia 18 tahun mengalami kelebihan berat badan. Prevalensi obesitas secara global meningkat dua kali lipat dibandingkan tahun 1980. Peningkatan prevalensi obesitas juga dilaporkan meningkat pada negara India dan Malaysia hingga di atas 20% dari tahun 2002 hingga 2014.^{1,2,3,4}

Prevalensi kegemukan dan obesitas juga terus meningkat di Indonesia. Hasil Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan tahun 2010 dilaporkan bahwa prevalensi gemuk sebesar 1,4 %. Prevalensi tersebut terus meningkat dengan dibuktikan melalui hasil Riskesdas tahun 2013 bahwa prevalensi gemuk menjadi 7,3 % yang terdiri atas 5,7% gemuk dan 1,6% obesitas.⁵ Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi kegemukan (IMT/U) pada remaja di Jawa Tengah sebanyak 7,1% terdiri atas 5,4% gemuk dan 1,7% obesitas. Kabupaten dengan prevalensi kegemukan paling tinggi adalah Kota Surakarta sebesar 12,3% paling tinggi sedangkan paling rendah adalah Sukoharjo dan Temanggung sebesar 2 %.⁶

Faktor penyebab obesitas pada remaja bersifat multifaktorial. Beberapa faktor yang turut berkontribusi, meliputi faktor konsumsi makanan, faktor aktivitas fisik, faktor psikologis, dan faktor genetik. Salah satu faktor penyebab obesitas yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah aktivitas fisik. Status gizi pada remaja juga perlu dievaluasi melalui perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) guna mengetahui kaitan antara aktivitas fisik dengan indeks massa tubuh. Dikategorikan kegemukan bila IMT > 25 kg/m² dan obesitas bila IMT > 27 kg/m².⁷

Studi kasus di SMA Kolese Loyola Semarang terhadap 79 siswa sebagai responden menunjukkan bahwa sebanyak 44 siswa (54,4%) memiliki IMT diatas normal.

Studi serupa juga dilakukan pada remaja di Distrik Kajang, Selangor, Malaysia yang melaporkan bahwa dari 382 responden sebanyak 19,5% (38 orang) remaja putri dan 19,3% (36 orang) remaja putra lebih banyak melakukan aktivitas sedentari sebesar 56,8% (217 orang).⁸

Obesitas pada remaja sangat berdampak terhadap kepuasan citra tubuh. Studi kasus pada remaja obesitas di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul melaporkan bahwa dari 96 orang responden sebanyak 52% (37 orang) remaja obesitas yang tidak puas terhadap citra tubuhnya.⁹

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 diketahui bahwa sebanyak 48,2 % penduduk Indonesia berusia diatas 10 tahun kurang melakukan aktivitas fisik. Kurangnya aktivitas fisik lebih banyak dijumpai pada penduduk wanita sebesar 54,5% sedangkan penduduk pria sebanyak 42,4%. Sebanyak 57,6 % penduduk di daerah urban dan sebanyak 42,4% penduduk di daerah rural kurang melakukan aktivitas fisik.¹⁰

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada siswa X dan XI IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018 dalam upaya pencegahan obesitas pada remaja.

1.2. Rumusan Masalah

1.2.1. Pernyataan Masalah

Pernyataan masalah dalam penelitian ini adalah tingginya prevalensi status gizi berlebih pada kelompok remaja di Jawa Tengah.

1.2.2. Pertanyaan Masalah

Berikut ini beberapa pertanyaan masalah dalam penelitian.

1. Berapakah jumlah siswa kelas X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018 yang aktivitas fisiknya kurang?
2. Berapakah proporsi status gizi berlebih siswa kelas X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018?
3. Berapakah proporsi status gizi berlebih siswa kelas X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018 yang aktivitas fisiknya kurang?
4. Bagaimanakah hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada siswa kelas X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018?

1.3. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara aktifitas fisik dengan status gizi.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian terdiri atas tujuan umum dan tujuan khusus yang dijelaskan sebagai berikut

1.4.1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah diturunkannya prevalensi status gizi berlebih pada kelompok remaja di Jawa Tengah agar dapat dilakukan upaya pencegahan.

1.4.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah

1. Diketahuinya jumlah siswa kelas X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018 yang aktivitas fisiknya kurang.
2. Diketahuinya proporsi status gizi berlebih siswa kelas X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018.
3. Diketahuinya proporsi status gizi berlebih siswa kelas X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018 yang aktivitas fisiknya kurang.
4. Diketahuinya hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada siswa kelas X dan XII IPA SMA Negeri 7 Surakarta periode 2017/2018.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Bagi Ilmu Kedokteran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai aktivitas fisik dan status gizi remaja sebagai upaya preventif terhadap obesitas pada remaja.

1.5.2. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai aktivitas fisik dan status gizi siswa sehingga pihak sekolah dapat berpartisipasi melakukan upaya preventif terhadap obesitas pada remaja.

1.5.3. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai status gizi masing-masing remaja, mengetahui faktor-faktor penyebab status gizi berlebih dan bahayanya.