

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas adalah suatu keadaan dimana terjadi penumpukan lemak tubuh (adipose) yang berlebih sehingga berat badan naik melebihi normal. Kondisi ini biasanya terjadi apabila terdapat ketidakseimbangan antara energi yang masuk melalui konsumsi makanan sehari-hari dengan energi yang dikeluarkan oleh tubuh melalui aktivitas fisik sehingga kelebihan energi akan disimpan dalam bentuk lemak di dalam tubuh. Kelebihan energi yang dikonsumsi disimpan dalam jaringan tubuh dalam bentuk lemak (Faisal, 2010).

Obesitas merupakan suatu masalah kesehatan masyarakat yang sangat serius di seluruh dunia karena berperan dalam meningkatnya morbiditas dan mortalitas. Prevalensi obesitas di negara maju maupun negara berkembang semakin meningkat, diperkirakan jumlah obesitas di seluruh dunia dengan Indeks Massa Tubuh $> 30 \text{ kg/m}^2$ melebihi 250 juta orang, yaitu sekitar 7 % dari populasi orang dewasa di dunia. Banyak negara mengalami peningkatan laju obesitas selama 10-20 tahun terakhir ini (Kemenkes RI, 2010).

Menurut WHO peningkatan jumlah obesitas berat akan dua kali lipat dibandingkan dengan orang dengan berat badan kurang dari tahun 1995 sampai 2025 nanti, dan prevalensinya akan meningkat mencapai 50 % pada tahun 2025. Prediksi WHO pada tahun 2005 kurang lebih terdapat 400 juta orang dewasa yang obesitas, dan di tahun 2015 diperkirakan meningkat menjadi 700 juta orang obesitas. Bahkan untuk negara maju seperti Amerika Serikat diperkirakan obesitas mencapai 45-50%, di Australia dan Inggris 30-40% (Kemenkes RI, 2010).

Menurut Flier dkk (2008) Prevalensi obesitas di seluruh dunia baik di negara berkembang maupun negara yang sedang berkembang telah meningkat dalam jumlah yang mengkhawatirkan. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2007 menunjukkan prevalensi obesitas secara nasional pada penduduk dewasa 15 tahun keatas adalah 10,3%. Prevalensi ini meningkat di tahun 2010 menjadi 21,7% dan semakin meningkat di tahun 2013 menjadi 28,9% (Riskesdas, 2013).

Asupan lemak merupakan sumber energi paling padat, dimana 1 gram lemak menghasilkan 9 kkal atau 2½ kali menghasilkan energi lebih besar daripada karbohidrat dan protein (Almatsier, 2010). Lemak adalah cadangan energi terbesar tubuh (Burhan dkk, 2013). Simpanan lemak didalam tubuh berasal dari asupan lemak yang berlebihan atau kombinasi antara zat-zat gizi lain seperti karbohidrat, lemak dan protein (Almatsier, 2010).

Peningkatan lemak dalam perut akan menyebabkan kelainan metabolisme lipid. Kelainan fraksi lipid yang utama adalah kenaikan kadar kolesterol total, kenaikan *Low Density Lipoprotein* (LDL), kenaikan kadar trigliserida, dan penurunan kadar kolesterol *High Density Lipoprotein* (HDL). Hiperkolesterolemia adalah salah satu gangguan kadar lemak dalam darah, dimana kadar kolesterol total dalam darah lebih dari 200 mg/dl. Selain itu, peningkatan lemak yang tidak dimetabolisme akan tertimbun dalam darah sehingga dapat meningkatkan kadar kolesterol (Riska, 2008).

Pada obesitas, rasio lingkar pinggang- panggul (RLPP) adalah indeks antropometri yang cukup akurat untuk memprediksi distribusi jaringan adiposa di antara beberapa kompartemen lemak di daerah perut. Akumulasi lemak visceral dalam dan jaringan adiposa bagian posterior subkutan kompartemen jaringan sangat berkorelasi dengan kelainan metabolik yang berkontribusi terhadap peningkatan risiko penyakit kardiovaskular, termasuk disini yaitu hiperkolesterolemia (Chan *et all.*, 2012). Oleh sebab itu, maka obesitas yang dapat diukur melalui pengukuran RLPP dapat menentukan adanya penyakit penyerta seperti hiperkolesterolemia akibat peningkatan profil lipid seperti kadar kolesterol total, peningkatan *small dense LDL*, trigliserida plasma puasa, dan kolesterol HDL yang rendah.

Peningkatan kadar kolesterol total, trigliserida dan LDL seiring bertambahnya usia, sedangkan kadar HDL tidak banyak berubah. Rata-rata kadar kolesterol meningkat 40-50 mg/dl pada usia 20-50 tahun. Hal ini disebabkan karena mekanisme yang mengatur fungsi reseptor LDL menjadi kurang efektif dengan bertambahnya usia dan merupakan faktor resiko obesitas sentral, karena bertambah ukuran dan jumlah sel adiposa dapat menyebabkan obesitas dan

menimbulkan gangguan metabolisme lipid. Salah satu pengukuran obesitas sentral yaitu menggunakan rasio lingkaran pinggang panggul. Semakin gemuk seseorang maka ukuran lingkaran pinggang dan panggul akan semakin membesar sehingga rasio lingkaran pinggang - panggul meningkat merupakan faktor risiko terjadinya peningkatan kadar kolesterol total (hiperkolesterolemia)(Maryati, 2011).

Politeknik Negeri Jember adalah merupakan salah satu perguruan tinggi yang memiliki jumlah PNS sebesar 381 orang. Berdasarkan penelitian pendahuluan yang telah dilaksanakan didapatkan jumlah PNS dengan obesitas sebesar 109 orang (28,6%). Bila dibandingkan dengan prevalensi nasional obesitas pada penduduk dewasa di Indonesia menurut Depkes tahun 2008 yang mencapai 19,1% dengan pembagian 8,8% mengalami kelebihan berat badan dan 10,3% mengalami obesitas, maka prevalensi obesitas pada PNS di Politeknik Negeri Jember yaitu 28,6% masih tergolong tinggi dan memerlukan perhatian khusus agar dapat segera ditangani karena tingkat kesejahteraan PNS lebih tinggi dibandingkan yang tidak PNS selain tunjangan dari pemerintah PNS juga dijamin pembiayaan setelah pensiun.

Dari besar masalah obesitas pada PNS yang dilihat dari asupan makanan PNS yang diukur dengan rasio lingkaran pinggang-panggul dan dilihat peningkatan kadar kolesterol dapat mengakibatkan terjadinya tingkat produktivitas PNS dan disertai penyakit degeneratif seperti dislipidemia dan hipertensi. Maka peneliti tertarik untuk mengetahui perbedaan asupan lemak, rasio lingkaran pinggang panggul dan kadar kolesterol pada PNS yang obesitas dan Tidak obeseitas di Politeknik Negeri Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan asupan lemak, rasio lingkaran pinggang-panggul dan kadar kolesterol total pada PNS yang obesitas dan tidak obesitas di Politeknik Negeri Jember.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan asupan lemak, rasio lingkaran pinggang-panggul dan kadar kolesterol total pada PNS yang obesitas dan tidak obesitas di Politeknik Negeri Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui perbedaan asupan lemak pada PNS yang obesitas dan tidak obesitas di Politeknik Negeri Jember.
- b. Mengetahui perbedaan rasio lingkaran pinggang-panggul pada PNS yang obesitas dan tidak obesitas di Politeknik Negeri Jember.
- c. Mengetahui perbedaan kadar kolesterol total pada PNS yang obesitas dan tidak obesitas di Politeknik Negeri Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Pegawai Polije

Memberi informasi dan pengetahuan kepada responden tentang keterkaitan asupan lemak dan penampilan tubuh yang diukur dengan rasio lingkaran pinggang-panggul dan kadar kolesterol total yang selanjutnya dapat dijadikan acuan dalam perilaku asupan makanan yang tepat bagi responden dan juga agar dapat memperbaiki pola hidup.

1.4.2 Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dan meningkatkan keilmuan dibidang kesehatan khususnya terkait obesitas dan secara langsung menambah pengalaman dalam melakukan penelitian.

1.4.3 Bagi Program Studi Gizi Klinik

Sebagai bahan masukan bagi program studi dalam upaya penyebaran informasi mengenai perbedaan asupan lemak, rasio lingkaran pinggang-panggul dan kadar kolesterol total pada PNS yang obesitas dan Tidak obesitas di Politeknik Negeri Jember.