

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas atau kegemukan didefinisikan sebagai kondisi abnormal atau kelebihan lemak yang serius dalam suatu jaringan adiposa sedemikian sehingga mengganggu kesehatan. *World Health Organization* (WHO) telah mendeklarasikan, obesitas sebagai epidemik global. Prevalensinya meningkat tidak saja di negara-negara maju, tetapi juga di negara-negara berkembang termasuk Indonesia (Adriani dan Wijatmadi, 2012). Data yang didapat dari Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2013 menunjukkan bahwa 13,5% orang dewasa yang berumur ≥ 18 tahun kelebihan berat badan dan 15,4% dinyatakan obesitas (Balitbangkes, 2013).

Prevalensi obesitas terus meningkat pada umumnya disebabkan banyak faktor terutama perubahan dalam gaya hidup. Masyarakat mulai beralih dari pola *traditional lifestyle* menjadi *sedentary lifestyle* yaitu kehidupan dengan penyimpangan pola makan dimana asupan cenderung tinggi (karbohidrat, lemak, dan protein) namun rendah serat (Saraswati, 2012). Peningkatan angka kejadian obesitas ditengah masyarakat yang makmur kemungkinan disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik (Adriani dan Wijatmadi, 2012).

Penimbunan lemak dibagi menjadi 2 kriteria berdasarkan distribusi jaringan lemak tubuh, yaitu penimbunan lemak dibagian bawah tubuh disebut bentuk ginoid dan penimbunan lemak dibagian perut disebut bentuk android atau lebih dikenal dengan obesitas sentral (Adriani dan Wijatmadi, 2012). Obesitas sentral merupakan masalah kesehatan dan gizi masyarakat yang perlu ditangani, dampak dan efek lanjut dari obesitas sentral ternyata jauh lebih buruk daripada obesitas secara umum. Obesitas sentral lebih berhubungan dengan risiko kesehatan dibandingkan dengan obesitas umum (Hasriana dkk, 2014). Obesitas sentral merupakan salah satunya penyebab penyakit-penyakit degeneratif, seperti diabetes melitus tipe 2, dislipidemia, penyakit kardiovaskular, hipertensi, kanker, *sleep apnea*, dan sindrom metabolik (Thcernof dan Depres, 2013).

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya obesitas sentral diantaranya ialah asupan lemak yang tinggi dan asupan serat yang rendah. Lemak merupakan zat gizi padat energi, 1 gram lemak menghasilkan 9 kalori atau 2 ½ kali menghasilkan energi lebih besar daripada karbohidrat dan protein (Adriani dan Wijatmadi, 2012), sedangkan serat dapat membantu menghambat absorpsi lemak. Asupan lemak yang tinggi dapat diimbangi dengan konsumsi makanan yang mengandung serat seperti sayur dan buah dimana makanan yang mengandung serat tinggi biasanya semakin banyak asam empedu dan lemak yang dikeluarkan oleh tubuh yang secara tidak langsung membantu menurunkan kadar kolesterol (Burhan dkk, 2013).

Survei nasional prevalensi obesitas sentral tahun 1993-2008 menunjukkan bahwa prevalensi obesitas sentral pada penduduk Inggris usia >18 tahun mengalami peningkatan, pada tahun 1998 prevalensi obesitas sentral baik laki-laki maupun perempuan ialah 19,2% dan 23,8%, sedangkan prevalensi obesitas sentral tahun 2008 pada laki-laki maupun perempuan ialah 35,7% dan 43,9% (Howel, 2012). Selain di Inggris, prevalensi obesitas sentral pada penduduk usia >15 tahun di Indonesia meningkat sebesar 7,8% dari tahun 2007 sampai 2013. Prevalensi obesitas sentral pada tahun 2007 diketahui sebesar 18,8%, sedangkan prevalensi obesitas sentral pada tahun 2013 sebesar 26,6% (Kemenkes RI, 2013). Data yang didapat dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa provinsi Jawa Timur memiliki prevalensi obesitas sentral diatas angka nasional yaitu sebesar 26,7% (Kemenkes RI, 2013).

Obesitas sentral lebih banyak terjadi pada orang dewasa, semakin meningkatnya usia maka semakin tinggi risiko terjadinya obesitas sentral. Di Indonesia sendiri kelompok dengan karakteristik obesitas sentral tertinggi berada dalam rentan umur 45 – 54 tahun sebanyak 36,9% (Kemenkes RI, 2013). Pada penelitian yang dilakukan Wang *et al* (2012) ditemukan bahwa karyawan kantor dan kader memiliki risiko tinggi untuk terkena obesitas sentral dibandingkan dengan pekerja lapang atau buruh. Bila dilihat berdasarkan pekerjaan, kejadian obesitas sentral tertinggi ketiga yaitu Pegawai Negeri Sipil (PNS) sebesar 68,1% setelah Ibu Rumah Tangga (IRT) 77,3%, dan wiraswasta 61,6% sedangkan

kejadian obesitas sentral terendah bekerja sebagai petani atau buruh sebesar 24,1% (Sundari dkk, 2015).

Politeknik Negeri Jember merupakan salah satu perguruan tinggi yang terletak di provinsi Jawa Timur dengan prevalensi obesitas sentral diatas angka nasional. Politeknik Negeri Jember memiliki jumlah PNS sebesar 399 orang dan bila dilihat dari usia 45-54 tahun, pegawai termasuk dalam kelompok usia yang rentan dengan terjadinya obesitas sentral dan menurut jenis pekerjaannya PNS menempati urutan ketiga karakteristik penderita obesitas dengan prevalensi tertinggi serta tingkat kesejahteraan PNS lebih tinggi dibandingkan yang tidak PNS selain tunjangan dari pemerintah PNS juga dijamin pembiayaan setelah pensiun. Studi pendahuluan (Harahap, 2015) didapatkan jumlah PNS dengan obesitas sebesar 109 orang (28,6%). Bila dibandingkan dengan prevalensi nasional obesitas pada penduduk dewasa di Indonesia menurut Riskesdas tahun 2013 yang mencapai 28,9% dengan pembagian 13,5% mengalami kelebihan berat badan dan 15,4% mengalami obesitas, maka prevalensi obesitas pada PNS di Politeknik Negeri Jember yaitu 28,6% yang artinya memiliki prevalensi tinggi dan memerlukan perhatian khusus.

Berdasarkan data-data diatas diperoleh bahwa prevalensi obesitas sentral semakin meningkat dari tahun ke tahun dan lebih banyak dialami oleh PNS. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan asupan lemak dan serat dengan kejadian obesitas sentral pada Pegawai Negeri Sipil di Politeknik Negeri Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

Apakah ada hubungan asupan lemak dan serat dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai negeri sipil di politeknik negeri jember ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan lemak dan serat dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai negeri sipil di politeknik negeri jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis hubungan asupan lemak dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai negeri sipil di politeknik negeri jember.
- b. Menganalisis hubungan asupan serat dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai negeri sipil di politeknik negeri jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Pegawai di Politeknik Negeri Jember

Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan produktivitas sumber daya manusia dengan membantu dalam memperbaiki masalah obesitas sentral.

1.4.2 Peneliti

Sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan pada penelitian hubungan asupan lemak dan serat dengan kejadian obesitas sentral dalam memperbaiki masalah obesitas sentral.

1.4.3 Mahasiswa

Memperoleh ilmu pengetahuan dan wawasan baru dalam ilmu kesehatan khususnya dalam bidang gizi serta dapat dijadikan referensi dan pertimbangan bagi yang akan melakukan penelitian selanjutnya.