

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Pada orang dewasa kelebihan berat badan ditunjukkan dengan penumpukan lemak tubuh yang erat kaitannya dengan hiperkolesterolemia. Hiperkolesterolemia yakni kolesterol yang tinggi di dalam darah, ini dapat memberikan dampak penyumbatan pembuluh darah dan jantung (Newman, 2002). Penimbunan lemak tubuh pada orang dewasa disebabkan oleh banyak faktor, antara lain status sosial ekonomi, konsumsi energi 110% dari kebutuhan gizi yang dianjurkan dan lemak yang berlebihan, tingkat aktivitas, dan gaya hidup seperti banyaknya waktu luang yang dikeluarkan untuk hidup santai (Satoto, 1998).

Dampak dari penimbunan lemak tubuh atau *overweight/obesitas* pada orang dewasa tampak dengan semakin meningkatnya penyakit degeneratif, seperti jantung koroner, diabetes mellitus, hipertensi, stroke dan penyakit hati. Penyakit ini menonjol pada orang dewasa dan lanjut usia di daerah perkotaan di daerah Sumatera, Jawa, dan Bali. Prevalensi *obesitas* di Indonesia masih relatif tinggi dengan terdapatnya peningkatan dari tahun ketahun (Almatsier, 2001). Survei Nasional yang dilaporkan Depkes (2004), prevalensi *overweight* pada pria dewasa pada Tahun 1996 sebesar 8,1% dan pada usia (40-49 tahun) meningkat menjadi 24,4% (1997). *Obesitas* sendiri mencapai prevalensi yang menanjak dari 6,8% menjadi 23% di tahun yang sama.

Kasus *obesitas* pada pria usia dewasa meningkat dalam kurun waktu 5 tahun yakni, 2,3% (1988), 3,7% (di Tahun 1993) dan meningkat menjadi 15,9% pada Tahun 2000. Berdasarkan laporan dari WHO, bahwa prevalensi *obesitas* di Indonesia Tahun 2002 sebesar 22% menjadi 24% (48-53 juta penduduk) (Arief, 2007).

Prevalensi *obesitas* di USA pada Tahun 2000 mencapai 31%, pernyataan ini dilaporkan Arief (2007). Menurut CDC angka *overweight/obesitas* di USA pada Tahun 2004 meningkat 66,3%. Kematian akibat Penyakit sirkulasi di seluruh Amerika Serikat pada tahun 1996 mencapai 959.227 penderita, yakni 41,4% dari seluruh kematian (Ulfah, 2000).

Sesuai Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) Departemen Kesehatan Tahun 2001 proporsi kematian karena Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah meningkat dari 9,1% Tahun 1986 meningkat menjadi 26,3% pada Tahun 2001, Stroke dari 5,5% pada Tahun 1986 menjadi 11,5% di Tahun 2001. Berdasarkan hasil SKRT (Survei Kesehatan Rumah Tangga) 2001 didapatkan bahwa penyakit sistim sirkulasi (jantung dan sistim peredaran darah) merupakan penyebab utama kematian yaitu sebanyak 23,39% meningkat pada Tahun 1992 sebesar 21% menjadi 32,0% pada Tahun 1995 (Depkes, 2002). Penelitian Kosa pada tahun (2006) menunjukkan bahwa peningkatan penyakit sistim sirkulasi (jantung dan sistem peredaran darah) di Indonesia sebanding dengan meningkatnya prevalensi faktor risiko. Dalam kurun waktu 1988 dan 1993 survai MONICA menunjukkan bahwa prevalensi hiperkolesterolemia (peningkatan kadar lemak darah) telah meningkat dari 13,6% menjadi 16,5% pada laki-laki dan 16% menjadi 17% pada perempuan. *Obesitas* telah meningkat dari 2,3% menjadi 3,7% pada laki-laki dan 7,3% menjadi 10% pada perempuan. Dengan semakin meningkatnya usia, persentase lemak tubuh pada laki-laki awalnya meningkat yaitu diawali usia 20 tahun hingga usia berkisar 50-60 tahun dan kemudian menurun setelah usia 80 tahun (Salem, 2007).

Banyak faktor yang dapat menyebabkan kegemukan salah satu diantaranya adalah penambahan usia, yang terjadi karena perubahan biologis yaitu penurunan

otot dan peningkatan lemak tubuh (0,34 kg per tahun). Menurut Garrow pada Tahun (2000), berdasarkan dari hasil penelitian di negara maju atau negara berkembang prevalensi *overweight/obesitas* pada pria meningkat sampai usia 55 tahun setelah itu terjadi penurunan. Pada kelompok laki-laki dan perempuan dengan usia 40-60 tahun memiliki kecenderungan untuk terjadinya *obesitas*.

Menurut Rosmalina (2004), menunjukkan bahwa jumlah asupan energi yang digunakan baik pada pekerja ringan (staf) dan maupun pekerja berat (lapangan) mempunyai keseimbangan negatif atau defisit energi yaitu kurang dari 500 Kkal. Di perkotaan dengan peningkatan pendapatan pada kelompok masyarakat tertentu menyebabkan perubahan dalam gaya hidup, terutama dalam pola makan. Perubahan pola makan ini dipercepat oleh kuatnya arus budaya makanan asing yang disebabkan oleh kemajuan globalisasi ekonomi. Di samping itu berkurangnya aktifitas fisik pada golongan ini dapat berisiko mengalami masalah gizi lebih berupa *overweight* atau *obesitas* (Almatsier, 2001). Menurut WHO (2003), faktor pola makan memiliki pengaruh terhadap kejadian kelebihan berat badan (*overweight*) dan *obesitas*, termasuk didalamnya frekuensi makan atau snack, pola makan dengan porsi besar dan makan diluar. Pola makan pada usia 40 – 55 tahun dengan ukuran porsi makannya yang tidak tepat (porsi besar), lemak tubuh yang meningkat dan didukung aktivitas fisik yang rendah akan menyebabkan terjadinya kelebihan konsumsi. Di samping itu pola makan merupakan risiko penyebab *overweight* atau *obesitas*. Aktivitas fisik merupakan salah satu penentu yang penting dalam berat badan.

Rendahnya aktivitas fisik yang dibarengi pola makan yang berlebih dapat menimbulkan kejadian gizi lebih. Terjadinya peningkatan sel lemak dalam rongga perut atau pinggul diakibatkan oleh penimbunan energi dalam bentuk jaringan lemak

karena mobilisasi energi menurun (Harsojo, 1997). Menurut MD Van Loan *dalam* Wiyono (2002) bahwa lemak tubuh yang berhubungan dengan penyakit jantung adalah timbunan lemak di dalam rongga perut. Sementara, BjOntOrp *dalam* Wiyono (2002) menyatakan bahwa lemak di dalam rongga perut merupakan prediktor kuat terhadap penyakit jantung, pembuluh darah, dan diabetes melitus. Pakar lainnya, ML Wahlqvist (2002) bahwa lemak di dalam rongga perut merupakan pemicu untuk terjadinya diabetes melitus, hipertensi, hiperlipidemia, dan penyakit kardiovaskuler. Menurut Lapidus (1994) secara teknis untuk mengetahui adanya timbunan lemak di dalam rongga perut yaitu dengan melihat nilai bagi antara lingkaran pinggang dengan lingkaran pinggul atau lebih dikenal sebagai nilai rasio lingkaran pinggang-pinggul (RLPP). Nilai RLPP yang tinggi mencerminkan banyaknya timbunan lemak pada rongga perut. Selanjutnya Bray pada Tahun (1996) membagi RLPP menjadi dua kategori, yaitu kategori RLPP tinggi dan RLPP rendah. Untuk pria dianggap tinggi jika nilai RLPP lebih dari 0.95 dan untuk wanita lebih dari 0.80. Selain itu lemak tubuh juga sebagai cerminan terjadinya kelebihan berat badan/*overweight* atau kegemukan/*obesitas*.

Dalam Apriadji (1986), faktor pendapatan dalam keluarga memiliki peranan penting dalam memenuhi kebutuhan makanannya yang diperlukan tubuh. Pendapatan keluarga yang tinggi biasanya didukung oleh kemampuan membeli bahan makanan dalam jumlah yang lebih dari mencukupi dibandingkan dengan yang pendapatan keluarganya rendah. Dengan pendapatan yang tinggi dan pola makan yang berlebih dapat menimbulkan penimbunan lemak tubuh, dimana lemak tubuh juga sebagai cerminan terjadinya kelebihan berat badan/*overweight* atau kegemukan/*obesitas*.

Tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi merupakan faktor dalam menentukan kejadian masalah gizi seperti kelebihan berat badan (*overweight*) atau *obesitas* yang erat kaitannya juga dengan kelebihan lemak tubuh. Menurut Apriadi (1986), seseorang dengan pendidikan tinggi memiliki kemampuan dalam menyusun makanan yang memenuhi persyaratan gizi dibandingkan dengan orang yang berpendidikan rendah sekalipun yang berpendidikan rendah rajin mendengarkan dan turut serta dalam penyuluhan gizi bukan mustahil pengetahuan gizinya akan lebih baik. Namun tingkat pendidikan turut pula menentukan seseorang menyerap dan memahami pengetahuan gizi yang mereka peroleh, sehingga seseorang lebih tanggap terhadap adanya masalah gizi seperti kelebihan berat badan (*overweight*) atau *obesitas* dan dapat mengambil tindakan dalam menangani masalah tersebut.

Pakar lain Kodyat (1996), juga menemukan kelompok usia 40-55 tahun merupakan kelompok paling rawan terhadap kejadian *obesitas* dan berdasarkan dari jenis pekerjaan bahwa kasus kegemukan pada PNS sebesar 27,3%, jenis pekerjaan paling tinggi diantaranya yaitu ABRI/TNI sebesar 26,4%.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada pria (40- 55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD untuk mengetahui bagaimana faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas berdasarkan persen lemak pada pria (40- 55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.

## **1.2. Rumusan masalah penelitian**

*Overweight* dan *obesitas* diketahui dapat memicu beberapa penyakit sirkulasi (degeneratif). *Overweight* dan *obesitas* yang tidak ditangani secara tepat akan

meningkatkan penyakit penyerta (nyeri sendi, kesusulitan bernafas, berhenti nafas saat tidur), memperpendek usia harapan hidup, dan hilangnya produktifitas yang berhubungan erat dengan ketidak seimbangan asupan energi dengan keluaran energi menjadi rendah, bila metabolisme tubuh dan aktivitas fisik rendah. Kemajuan di bidang ilmu pengetahuan teknologi dan ekonomi telah menciptakan suatu lingkungan dengan gaya hidup cenderung sedentary atau kurang gerak dan pola makan dengan makanan enak yang tinggi kalori dan lemak.

Makan lebih banyak dari kebutuhan tidaklah salah hanya perlu diperhatikan harus diimbangi dengan aktivitas fisik yang rutin (Witjaksono, 2003).

Informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan persen lemak tubuh pada anggota ABRI/TNI belum banyak diketahui. Sehubungan dengan hal tersebut untuk menambah informasi dan data yang sudah ada maka dilakukan penelitian.

### **1.3. Pertanyaan penelitian**

- 1.3.1. Bagaimana gambaran golongan kerja dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008 ?
- 1.3.2. Bagaimana gambaran pola makan (karbohidrat, lemak, protein) dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008 ?
- 1.3.3. Bagaimana gambaran aktivitas fisik dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008 ?

- 1.3.4. Bagaimana gambaran RLPP dengan obeitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008 ?
- 1.3.5. Bagaimana gambaran pendapatan keluarga dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008 ?
- 1.3.6. Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan gizi dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008 ?
- 1.3.7. Apakah ada hubungan antara golongan kerja dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008 ?
- 1.3.8. Apakah ada hubungan antara pola makan (karbohidrat, lemak, protein) dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008 ?
- 1.3.9. Apakah ada hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008?
- 1.3.10. Apakah ada hubungan antara RLPP dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008?

- 1.3.11. Apakah ada hubungan antara pendapatan keluarga dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008?
- 1.3.12. Apakah ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008?

#### **1.4. Tujuan Penelitian**

##### **1.4.1. Tujuan Umum**

Bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.

##### **1.4.2. Tujuan Khusus**

- 1.4.2.1 Diperoleh gambaran mengenai golongan kerja dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.
- 1.4.2.2 Diperoleh gambaran mengenai pola makan (karbohidrat, lemak, protein) dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI pria (40-55 thn) di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.
- 1.4.2.3 Diperoleh gambaran mengenai aktivitas fisik dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.



- 1.4.2.4 Diperoleh gambaran mengenai RLPP dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.
- 1.4.2.5 Diperoleh gambaran mengenai pendapatan keluarga dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.
- 1.4.2.6 Diperoleh gambaran mengenai tingkat pengetahuan gizi dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.
- 1.4.2.7 Diketahui hubungan antara golongan kerja dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.
- 1.4.2.8 Diketahui hubungan antara pola makan (karbohidrat, lemak, protein) dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.
- 1.4.2.9 Diketahui hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.
- 1.4.2.10 Diketahui hubungan antara RLPP dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.

1.4.2.11 Diketahui hubungan antara pendapatan keluarga dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.

1.4.2.12 Diketahui hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1. Bagi peneliti**

Diharapkan dapat memberikan pengalaman dalam melakukan penelitian dengan mengaplikasikan ilmunya selama masa perkuliahan.

### **1.5.2. Bagi Masyarakat**

Diharapkan bermanfaat memberikan informasi dan pengetahuan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD Tahun 2008.

## **1.6. Ruang Lingkup**

Penelitian ini dilakukan di Kantor Direktorat Jenderal-Zeni TNI-AD pada 21 April -12 Mei, tahun 2008 pada anggota ABRI/TNI pria (40-55 thn) sebanyak 105 orang. Analisis dilakukan pada penelitian tersebut merupakan analisis data primer yang diperoleh dari hasil wawancara menggunakan kuesioner dan pengukuran antropometri berupa SECA untuk mengukur berat badan dengan ketelitian 0,1 kg,

mikrotoise untuk mengukur tinggi badan dengan ketelitian 0,1 cm, pita ukuran dari non plastik untuk mengukur lingkaran pinggang dan lingkaran pinggul, persen lemak tubuh dengan menggunakan BIA. Data pola makan pada penelitian ini menggunakan metode FFQ semi kuantitatif.

