

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas sering didefinisikan sebagai kondisi abnormal atau kelebihan lemak yang serius dalam jaringan adiposa sedemikian sehingga mengganggu kesehatan. Obesitas adalah kelebihan berat badan sebagai akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan. Dr. Stephan von Haelhing dari Imperial Collage School of Medicene, London melihat bahwa obesitas saat ini telah menjadi ancaman kesehatan di seluruh dunia (Adriani dan Wirjatmadi, 2012).

Obesitas bukan hanya terjadi akibat pola makan yang buruk saja. Ketimpangan dalam masukan dan pemakaian kalori dapat disebabkan oleh berbagi faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain genetik, metabolik, perilaku dan lingkungan. Interkasi berbagai faktor tersebut, secara kronis akan menyebabkan terjadinya obesitas. Obesitas juga dapat terjadi karena faktor sekunder yaitu penyakit, misalnya hipotiroid atau kekurangan hormon tiroid yang diperlukan untuk mengatur metabolisme tubuh, insulinoma atau insulin yang berlebih, atau kelebihan hormon kelenjar adrenal (Sudargo dkk, 2014).

Menurut hasil Riskesdas pada kelompok anak usia 6-12 tahun terjadi peningkatan dari 9,2% (tahun 2010) menjadi 18,8% (tahun 2013), pada kelompok anak usia 13-15 tahun terjadi peningkatan dari 2,5% (tahun 2010) menjadi 10,8% (tahun 2013), dan pada kelompok anak usia 16- 18 tahun terjadi peningkatan dari 1,4% pada tahun 2010 menjadi 7,3% pada tahun 2013 dan pada kelompok diatas 18 tahun prevelensi berat badan lebih dan obesitas pada tahun 2010 mencapai 21,7%, sedangkan pada tahun 2013 prevalensi obesitas mencapai 15,4%. Pada profil kesahatan kota Malang 2014 menunjukkan dari 39.993 orang yang dilakukan pemeriksaan, Profil Kesehatan Kota Malang Tahun 2014 27 terdapat 41,68% atau 16.671 orang yang masuk kategori obesitas. Sedangkan menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2016 pada kota Malang terdapat 37.811 orang atau 42,53% masuk kategori obesitas.

Fast food sering disebut sebagai makanan siap saji. Makanan siap saji yang dimaksud adalah jenis makanan yang dikemas, mudah disajikan, praktis,

atau diolah dengan cara sederhana. Makanan tersebut umumnya diproduksi oleh industri pengolahan pangan dengan teknologi tinggi dan memberikan berbagai zat aditif untuk mengawetkan dan memberikan cita rasa bagi produk tersebut. Makanan siap saji biasanya berupa lauk pauk dalam kemasan, mie instan, nugget, atau juga corn flakes sebagai makanan untuk sarapan (Apriadi, 2007 dalam Tri, 2016). Penelitian di Yogyakarta, sebanyak 83% remaja mengonsumsi fast food lebih dari 3 kali seminggu. Frekuensi konsumsi fast food lebih dari 3 kali seminggu memiliki risiko 6 kali lipat mengalami obesitas (Arlinda, 2015).

Aktivitas fisik yang rendah dapat memicu terjadinya kelebihan berat badan. Rata-rata semua orang memiliki aktifitas masing-masing. Secara umum ada 3 kategori aktifitas fisik yang dilakukan yaitu aktifitas ringan, sedang, dan berat. Obesitas juga berpengaruh pada usia, karena semakin usia bertambah maka metabolisme yang terjadi didalam tubuh mengalami penurunan lalu akan terjadi perubahan secara biologis yaitu menurunnya fungsi dari otot-otot dan meningkatnya kadar lemak dalam tubuh. Seperti yang diketahui dari hasil penelitian yang ditemukan di Selangor, Malaysia, didapatkan bahwa prevalensi obesitas tinggi dikalangan wanita dewasa dan masalah ini perlu diutamakan karena prevalensi obesitas terus menerus meningkat dan akan terus memburuk jika tidak segera dilakukan tindakan (Novitasary, 2013:1044).

Bedasarkan uraian diatas penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada pelajar di SMK Cor Jesu Malang.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada pelajar di SMK Cor Jesu Malang ?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui bagaimana hubungan konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada pelajar di SMK Cor Jesu .

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik individu (status gizi, usia, dan jenis kelamin) siswa SMK Cor Jesu Malang

- b. Mengalisis hubungan konsumsi *fast food* kejadian obesitas pada pelajar.
- c. Menganalisis hubungan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada pelajar

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti khususnya tentang hubungan konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain untuk melakukan perkembangan ilmu pengetahuan yang lebih lanjut.

E. Kerangka Konsep

