

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM). Salah satu yang berperan dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM) adalah status gizi.¹ Status gizi dapat dipengaruhi oleh faktor status kesehatan, pengetahuan, lingkungan ekonomi dan dapat juga di pengaruhi oleh pola konsumsi energi serta protein. Saat ini masalah gizi sangat banyak terjadi, terutama gizi berlebih yaitu obesitas.² *Word Health Organization* menyatakan bahwa obesitas merupakan salah satu masalah epidemiologi global yang hingga saat ini masih menjadi ancaman bagi kesehatan masyarakat di seluruh dunia.³ Di dunia obesitas meningkat lebih dari dua kali lipat sejak tahun 1980, pada tahun 2014 lebih dari 1,9 miliar orang dewasa usia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, dari jumlah tersebut lebih dari 600 juta orang mengalami obesitas, dan pada tahun 2017 *Word Health Organization* melaporkan lagi lebih dari 4 juta orang meninggal karena kelebihan berat badan dan obesitas. Di Indonesia, berdasarkan data menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) 2018 prevalensi overweight dan obesitas pada penduduk usia diatas 15 tahun mencapai 31%, prevalensi ini lebih tinggi pada perempuan dengan presentase 29,3% dibanding laki-laki yang memiliki presentase 14,5%.⁴ Sementara itu prevalensi kejadian obesitas di Provinsi Jambi usia diatas 18 tahun berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 sebesar 18,2%.⁵

Obesitas pada saat dewasa akan beresiko terkena penyakit diabetes mellitus, penyakit kardiovaskuler, hipertensi, stroke dan kanker.⁶ Pada mahasiswa kejadian obesitas ini banyak di jumpai, karena mahasiswa cenderung memiliki kebiasaan gizi yang kurang baik seperti perubahan perilaku makan (*emotional eating*), pola makan yang tidak sesuai, sering mengkonsumsi makanan yang cepat saji dan tidak sehat serta tidak teraturnya waktu makan.⁷ Kebiasaan gizi yang kurang baik itu antara lain disebabkan

oleh padatnya aktivitas, banyaknya tugas perkuliahan, dan kurangnya waktu untuk istirahat.⁷ Gaya hidup seperti ini, akan menimbulkan tingginya konsumsi lemak dan menurunnya konsumsi serat.⁸ Kurangnya konsumsi serat merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya *overweight* dan obesitas. Peran serat terhadap obesitas diantaranya menunda pengosongan lambung, mengurangi rasa lapar, meyehatkan pencernaan dan mengurangi terjadinya *overweight*. Dengan begitu konsumsi serat sangat dianjurkan, mengingat banyaknya manfaat yang menguntungkan bagi kesehatan tubuh.⁹

Pada penelitian yang telah dilakukan oleh Septiana dkk, tentang “Konsumsi *Junk Food* dan Serat pada Remaja Putri *Overweight* dan Obesitas yang Indeks” menunjukkan bahwa terdapatnya hubungan antara tingginya konsumsi makanan cepat saji dan rendahnya konsumsi serat dengan meningkatnya kejadian *overweight* dan obesitas.¹⁰ Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh septiana dkk, pada penelitian Vera dkk, tentang “Hubungan Pola Konsumsi Serat Makanan Cepat Saji dan Aktivitas Fisik dengan Aparatur Sipil Negara (ASN) yang Obesitas di Dinas Kesehatan Daerah Provinsi Sulawesi Utara” menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingginya konsumsi makanan cepat saji dan rendahnya konsumsi serat dengan kejadian obesitas.¹¹

Berdasarkan uraian diatas dan belum adanya peneliatan serupa di Provinsi Jambi, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan konsumsi makanan cepat saji dan konsumsi serat dengan kejadian obesitas pada mahasiswa program studi kedokteran Universitas Jambi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan dan uraian latar belakang diatas, rumusan masalah penelitian yang dibahas adalah bagaimana hubungan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dan konsumsi serat pangan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa program studi kedokteran Universitas Jambi.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dan konsumsi serat pangan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa program studi kedokteran Universitas Jambi.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia, jenis kelamin, indeks masa tubuh (IMT), *waist to hip ratio* (WHR), lingkar perut, konsumsi makanan cepat saji dan konsumsi serat.
- b. Untuk mengetahui hubungan jumlah konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada mahasiswa program studi kedokteran Universitas Jambi.
- c. Untuk mengetahui hubungan konsumsi serat pangan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa program studi kedokteran Universitas Jambi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi makanan cepat saji dan konsumsi serat dengan kejadian obesitas pada mahasiswa program studi kedokteran Universitas Jambi. Selain itu, manfaat lain penelitian ini bagi peneliti merupakan sebagai syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar Sarjana Kedokteran.

1.4.2 Manfaat bagi peneliti lain

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti lain sebagai sumber informasi data dan sebagai referensi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji dan konsumsi serat dengan kejadian obesitas pada mahasiswa.

1.4.3 Manfaat bagi masyarakat

Manfaat penelitian ini bagi masyarakat adalah untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang hubungan konsumsi makanan cepat saji dan konsumsi serat dengan kejadian obesitas pada mahasiswa.