

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Status gizi merupakan faktor penting dalam menentukan status kesehatan. Oleh karena itu, asupan gizi harus diperhatikan untuk meningkatkan produktivitas dan kualitas hidup setiap individu. Banyak negara berpenghasilan rendah dan menengah kini menghadapi beban ganda malnutrisi. Artinya kekurangan gizi dan kelebihan gizi terjadi pada waktu yang bersamaan. Jika beban ganda ini tidak diatasi dengan segera, maka kesehatan masyarakat, pembangunan sumber daya manusia, hingga perekonomian negara akan berdampak buruk. Salah satu beban ganda masalah gizi ini yaitu gizi lebih¹. Semua kelompok usia dapat berisiko mengalami gizi lebih, mulai dari balita, anak-anak, remaja, hingga dewasa².

Permasalahan gizi lebih masih tinggi dan cenderung meningkat. Berdasarkan data *World Health Organization* pada tahun 2022, 2,5 miliar orang dewasa yang berusia 18 tahun ke atas mengalami *overweight*. Dari jumlah tersebut, 890 juta orang mengalami obesitas. Persentase yang mengalami gizi lebih pada orang dewasa berusia lebih dari 18 tahun di seluruh dunia adalah 43%¹.

Riset Kesehatan Dasar melaporkan prevalensi gizi lebih pada perempuan usia > 18 tahun di Indonesia terjadi peningkatan yakni 32,9% tahun 2013³ dan meningkat menjadi 44,4% pada tahun 2018⁴. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi kejadian gizi lebih pada perempuan usia > 18 tahun di Indonesia sebesar 46,5%. Sedangkan prevalensi kejadian gizi lebih pada perempuan usia > 18 tahun di Provinsi Jambi sebesar 34,7%⁵. Proporsi kejadian gizi lebih pada perempuan usia > 18 tahun di Kota Jambi sebesar 41,1%⁶.

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Jambi, jumlah kasus obesitas pada tahun 2022 sebanyak 2.382 kasus. Berdasarkan wilayah kerja puskesmas, kasus tertinggi obesitas tahun 2022 berada di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu dengan prevalensi sebesar 5,46%. Selain itu prevalensi obesitas di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu meningkat dalam tiga tahun terakhir yakni tahun 2020 prevalensinya sebesar 5,04%, tahun 2021 sebesar 5,09%, dan pada tahun 2022 sebesar 5,46%⁷. Sedangkan Kelurahan Solok Sipin merupakan prevalensi obesitas

yang paling tinggi di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu yaitu sebesar 6,87%, sedangkan Kelurahan Legok sebesar 5,32%, Kelurahan Murni sebesar 4,18%, Kelurahan Selamat sebesar 4,92%, dan Kelurahan Sungai Putri sebesar 6,01%. Kejadian gizi lebih yang masih banyak harus segera ditangani oleh pemerintah. Wanita usia subur merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami gizi lebih. Jika wanita usia subur mengalami masalah kesehatan seperti gizi lebih, maka dapat mengurangi kesejahteraan individu itu sendiri, selain itu individu tersebut juga mudah merasa lelah, sulit melakukan aktivitas fisik, dan kurang produktif dalam bekerja. Maka dari itu, masalah gizi seperti gizi lebih harus menjadi perhatian⁸.

Gizi lebih merupakan penumpukan lemak yang berlebih di dalam tubuh yang dapat mengakibatkan masalah kesehatan. Gizi lebih dapat mengakibatkan risiko terkena penyakit tidak menular seperti penyakit jantung, stroke, dan diabetes melitus, serta beberapa jenis penyakit kanker seperti kanker payudara, kanker endometrium, kanker ovarium, kanker prostat, kanker hati, kanker kandung empedu, kanker ginjal, dan kanker usus besar¹. Gizi lebih dapat menimbulkan berbagai penyakit yang sangat merugikan kesehatan, sehingga angka morbiditas dan mortalitas akibat gizi lebih pun cukup tinggi⁹.

Banyak faktor yang berpengaruh terhadap kejadian gizi lebih. Menurut UNICEF faktor langsung dari terjadinya gizi lebih yaitu konsumsi makanan dan riwayat penyakit sedangkan faktor tidak langsung yaitu ketersediaan dan pola konsumsi rumah tangga; pola asuh pemberian ASI/MP-ASI, pola asuh psikososial penyediaan MP-ASI kebersihan dan sanitasi; pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan. Adapun akar masalahnya yaitu daya beli, akses pangan, akses informasi, akses pelayanan; kemiskinan, ketahanan pangan dan gizi, pendidikan, kesehatan, kependudukan; pembangunan ekonomi politik dan sosial. Sedangkan H.L. Blum menyebutkan bahwa derajat kesehatan ditentukan oleh 40% faktor lingkungan, 30% faktor perilaku, 20% faktor pelayanan kesehatan, dan 10% faktor genetik (keturunan).

Faktor genetik merupakan salah satu penyebab terjadinya gizi lebih. Apabila kedua orang tua menderita gizi lebih, maka kemungkinan anaknya juga

akan mengalami gizi lebih sebesar 30%-50%. Apabila kedua orang tua memiliki berat badan yang masuk dalam kategori obesitas, maka anaknya akan ikut menjadi obesitas sebesar 60%-80%. Apabila salah satu orang tua obesitas, maka kejadian obesitas pada anak menjadi 40%. Dan apabila kedua orang tua tidak obesitas, maka kejadian obesitas pada anak akan turun menjadi 14%¹⁰.

Pola makan berhubungan dengan kejadian gizi lebih. Kebiasaan buruk seperti halnya makan terlalu banyak makanan yang kurang sehat dalam kehidupan sehari-hari dapat menyebabkan penimbunan lemak dalam tubuh sehingga mengakibatkan gizi lebih¹¹. Seseorang mengalami kebiasaan makan makanan yang tidak sehat seperti *junk food*, makan makanan cepat saji, dan sering mengonsumsi makanan yang tinggi akan kalori, asupan tinggi gula, dan kurang konsumsi sayur dan buah menjadi risiko terjadinya gizi lebih¹².

Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan penumpukan lemak dalam tubuh karena terjadi ketidakseimbangan pembakaran energi, energi yang masuk lebih besar daripada energi yang dikeluarkan¹³. Semakin meningkatnya dunia teknologi, akses untuk memperoleh sesuatu menjadi semakin mudah dan fasilitas yang semakin memadai menyebabkan kurangnya gerak tubuh dan aktivitas fisik¹⁴.

Tuntutan pekerjaan, gangguan tidur, atau kebiasaan hidup membuat seseorang tidur larut malam. Tidur kurang dari 6 jam dapat mempengaruhi kerja hormon leptin dan ghrelin sehingga memicu munculnya rasa lapar yang dapat menyebabkan seseorang cenderung untuk makan berlebihan¹⁵.

Stres yang tidak ditangani dengan baik dapat berpengaruh buruk bagi kesehatan. Dampaknya antara lain mengalami gangguan tidur, kesulitan fokus, pikiran yang negatif, kekhawatiran, dan perubahan dalam pola makan. Pada situasi stres, terjadi peningkatan keinginan untuk makan dan berkontribusi pada gizi lebih. Semakin tinggi tingkat stres, semakin besar kecenderungan untuk mengonsumsi makanan secara berlebihan¹⁶.

Implementasi kebijakan dan strategi yang diterapkan pemerintah untuk menanggulangi masalah gizi lebih antara lain melakukan penguatan pokja obesitas, *workshop* pengendalian obesitas, membuat media tentang KIE obesitas, menyiapkan dan mencetak Panduan Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas

(GENTAS), dan melakukan kegiatan yang dapat menurunkan berat badan tanpa stres. Di provinsi dan kabupaten kota, pemerintah memeriksa penderita obesitas untuk mengukur Indeks Massa Tubuh (IMT), tekanan darah, dan gula darah. Kantin sehat di lembaga pendidikan dan perkantoran, penayangan *filler* obesitas di media elektronik, gerakan mari bergerak (*Let's Move*), dan seminar mengenai bahaya dari dampak obesitas¹⁷.

Program dan strategi nasional telah dibuat, namun masih menemukan banyak kendala. Permasalahan gizi lebih tidak dapat diatasi oleh pihak kesehatan saja, namun harus melibatkan peran dari multi sektor dalam hal pencegahan dan pengendalian gizi lebih. Gizi lebih bisa terjadi karena banyak hal yang mempengaruhinya¹⁷.

Berdasarkan uraian sebelumnya menunjukkan bahwa prevalensi gizi lebih pada wanita usia subur masih menjadi permasalahan gizi masyarakat, sedangkan pemerintah sudah mencanangkan program untuk menanggulangi masalah gizi lebih tersebut. Melihat dampak dari masalah gizi lebih yang dapat meningkatkan risiko terkena penyakit tidak menular, sepanjang penelusuran peneliti belum terdapat penelitian sejenis yang dilakukan di Puskesmas Putri Ayu. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait determinan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi.

1.2 Rumusan Masalah

Kejadian gizi lebih pada wanita usia subur di Indonesia merupakan permasalahan yang serius. Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar terjadi peningkatan prevalensi gizi lebih pada perempuan usia dewasa yakni 32,9% tahun 2013 dan meningkat menjadi 44,4% pada tahun 2018. Hasil Survei Kesehatan Indonesia 2023 prevalensi gizi lebih pada perempuan usia dewasa sebesar 46,5%. Wanita usia subur yang mengalami masalah kesehatan seperti gizi lebih dapat meningkatkan risiko terkena penyakit tidak menular seperti jantung, stroke, diabetes melitus, dan beberapa jenis penyakit kanker sehingga perlu dilakukan upaya untuk menanggulangi masalah gizi lebih.

Gizi lebih dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Faktor utamanya adalah ketidakseimbangan antara jumlah energi yang masuk dengan jumlah energi yang keluar. Sehingga berdasarkan uraian diatas peneliti merumuskan permasalahan penelitian adalah apa determinan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Memperoleh model prediksi determinan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khususnya antara lain yaitu

1. Mengetahui besarnya kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi
2. Mengetahui gambaran pekerjaan, riwayat keluarga gizi lebih, konsumsi makanan dan minuman berisiko, aktivitas fisik, durasi tidur, stres pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi
3. Menganalisis hubungan antara pekerjaan dengan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi
4. Menganalisis hubungan antara riwayat keluarga gizi lebih dengan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi
5. Menganalisis hubungan antara konsumsi makanan dan minuman berisiko dengan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi
6. Menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi

7. Menganalisis hubungan antara durasi tidur dengan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi
8. Menganalisis hubungan antara stres dengan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi
9. Menganalisis faktor paling dominan yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi

1.4 Manfaat

Adapun manfaatnya antara lain yaitu

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan kemampuan berpikir mengenai penerapan teori-teori yang telah diperoleh dari mata kuliah secara komprehensif terutama pada bidang gizi masyarakat serta penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya khususnya mengenai determinan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi untuk meningkatkan perencanaan dan pelaksanaan program bagi tenaga kesehatan dalam pembuatan kebijakan di bidang gizi terutama mengenai gizi lebih pada wanita usia subur.

2. Bagi Wanita Usia Subur

Penelitian dapat dijadikan gambaran nyata mengenai determinan kejadian gizi lebih pada wanita usia subur dalam menentukan sikap untuk berperilaku dan juga dapat menjadi referensi yang berguna untuk meningkatkan pemahaman mengenai determinan kejadian gizi lebih dan kesadaran akan risiko yang dapat timbul dimasa mendatang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi tambahan untuk mendukung sumber penelitian lebih lanjut dan untuk melengkapi penelitian sebelumnya terkait gizi lebih pada wanita usia subur.