

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Angka kejadian obesitas terus meningkat di dunia hingga saat ini. Berdasarkan *World Obesity Atlas 2023*, pada tahun 2035 diperkirakan lebih dari 4 miliar orang di seluruh dunia akan mengalami obesitas. Ini menunjukkan peningkatan signifikan dari 38% populasi dunia pada tahun 2020 menjadi lebih dari 50% pada tahun 2035.¹ Tren prevalensi obesitas yang meningkat ini juga terjadi di Indonesia, hal ini dapat dilihat pada hasil RISKESDAS tahun 2007, 2013, hingga 2018, dengan angka berturut-turut sebesar 10,5%, 14,8%, dan 21,8%. Sedangkan, untuk tahun 2023 pada hasil SKI (Survei Kesehatan Indonesia) terjadi peningkatan yaitu menjadi 23,4%.² Berdasarkan laporan SKI 2023 juga diketahui bahwa di Provinsi Jambi penduduk dengan usia 16-18 tahun memiliki catatan kasus berat badan kurang (*Thinnes*) dan berat badan sangat kurang (*Severely Thinnes*) dengan persentase 6,5% dan kategori berat badan lebih (*Overweight*) dan obesitas dengan persentase 5,2%. Sedangkan, untuk usia diatas 18 tahun memiliki catatan kasus berat badan kurang (*Wasting*) dengan persentase sebesar 4,9% dan kategori berat badan lebih (*Overweight*) dan obesitas dengan 30%.³

Seseorang yang mengalami obesitas ditandai dengan jumlah persen lemak tubuh yang berlebihan, sehingga menyebabkan penumpukan lemak yang lebih tinggi dalam jaringan lemak.⁴ Hal ini dapat berdampak negatif pada kesehatan karena obesitas berkaitan dengan penyakit tidak menular seperti kanker, penyakit jantung, diabetes tipe 2 dan penyakit lainnya.⁵ Jika obesitas terjadi dimasa remaja, maka ia juga memiliki risiko untuk mengalami obesitas pada masa dewasanya.⁶

Ada beberapa faktor yang dapat meningkatkan komposisi lemak tubuh, salah satunya adalah asupan lemak. Menurut penelitian Rahman dkk, terdapat hubungan asupan lemak terhadap persentase lemak tubuh mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Tadulako angkatan 2019.⁷ Hal tersebut juga dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan Baswedan dkk, terdapat hubungan antara asupan lemak dengan persen lemak tubuh.⁸ Namun, menurut penelitian Farohatus dkk, tidak

ditemukan hubungan asupan energi dan zat gizi makro terhadap persen lemak tubuh.⁹

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dan masih sedikitnya penelitian yang membahas hal serupa di Provinsi Jambi, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan asupan lemak dengan persentase lemak tubuh pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi.

1.2. Rumusan masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, rumusan masalah penelitian yang didapat adalah sebagai berikut:

Apakah terdapat hubungan antara asupan lemak dengan persentase lemak tubuh pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi?

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara asupan lemak dengan persentase lemak tubuh mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi.

1.3.2. Tujuan khusus

1. Mengetahui karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia, jenis kelamin, dan status gizi.
2. Mengetahui asupan lemak subjek penelitian.
3. Mengetahui persentase lemak tubuh subjek penelitian.
4. Mengetahui hubungan asupan lemak dan persentase lemak tubuh subjek penelitian.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat bagi Masyarakat

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini akan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang hubungan antara persentase lemak tubuh mahasiswa dan

asupan lemak. Dengan demikian, langkah pencegahan dapat diambil untuk mencegah kondisi ini memburuk.

1.4.2. Manfaat bagi institusi

Hasil temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang hubungan antara persentase lemak tubuh mahasiswa dan asupan lemak mereka, sehingga memberikan dasar untuk penelitian lebih lanjut. Selain itu, karya ini dapat menjadi panduan bagi penelitian serupa di masa depan seiring dengan kemajuan pemahaman ilmiah.

1.4.3. Manfaat bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan peneliti dan memungkinkan penerapan ilmu pengetahuan tentang asupan lemak dan persentase lemak tubuh mahasiswa.