

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Permasalahan gizi merupakan permasalahan yang harus diselesaikan dengan baik. Permasalahan gizi biasanya dipengaruhi oleh status gizi, yang menjadikan status gizi sebagai acuan serta unsur penting dalam menentukan kondisi kesehatan individu. Acuan status gizi tersebut dapat diketahui melalui penilaian dari beberapa parameter yang kemudian dapat dibandingkan dan dijadikan sebagai rujukan. Sehingga dari parameter tersebut individu dapat dikatakan memiliki status gizi yang baik jika asupan gizi dalam makanan tepat dengan kebutuhan tubuh, sedangkan kekurangan asupan gizi dalam makanan dapat mengakibatkan kekurangan gizi dan asupan gizi yang berlebihan dapat menyebabkan kelebihan gizi¹.

Salah satu permasalahan kelebihan gizi adalah obesitas, yang mana obesitas merupakan penyakit sekaligus sebagai faktor risiko. Obesitas ditandai dengan adanya akumulasi lemak yang berlebihan dan karena ketidakseimbangan antara kalori yang masuk dan keluar. Seseorang dapat didiagnosis kelebihan berat badan dan obesitas jika diukur berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2022) obesitas dapat menyebabkan berbagai Penyakit Tidak Menular (PTM) yang serius sehingga dapat memicu terjadinya beberapa komplikasi lainnya, seperti penyakit PJK, hipertensi, kanker, diabetes, serta penyakit metabolik maupun non-metabolik lainnya².

Kementrian Kesehatan RI (2022) mengatakan bahwa obesitas sebagai faktor risiko berkontribusi penting terhadap penyebab kematian akibat penyakit tidak menular seperti penyakit jantung yang terdapat setidaknya 5,87% mengalami kematian akibat penyakit jantung dengan faktor risiko obesitas, dan terdapat 1,84% kematian akibat diabetes dan penyakit ginjal dengan faktor risiko obesitas². Sedangkan pada tahun 2019 Indonesia menempati posisi ke empat negara di Asia Tenggara dengan tingkat obesitas tertinggi yaitu sebesar 6,9% dengan tingkat kematian 80,48 per 100.000 penduduk³.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organization (WHO)* (2024) mengatakan bahwa obesitas dikatakan sebagai permasalahan epidemik secara global. Pada tahun 2022 terdapat sekitar 43% atau 2,5 miliar orang dewasa yang dikategorikan berdasarkan umur diatas 18 tahun mengalami kelebihan berat badan, sedangkan 16% atau 890 juta orang dewasa yang dikategorikan berdasarkan umur diatas 18 tahun mengalami obesitas⁴.

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, prevalensi status gizi penduduk dewasa dengan usia diatas 18 tahun di Indonesia yakni sebesar 23,4% yang mengalami obesitas. Hal ini mengalami peningkatan dari data sebelumnya pada RISKESDAS Tahun 2018 yaitu sebesar 21,8%. Sedangkan untuk provinsi Jambi sendiri prevalensi status gizi penduduk dewasa dengan usia diatas 18 tahun yakni sebesar 15,4% untuk kasus kelebihan berat badan dan 14,6 % untuk kasus obesitas, hal tersebut mengalami perbedaan antara tahun 2018 dan 2023, pada tahun 2018 untuk kasus kelebihan berat badan sebesar 13,3% untuk kasus obesitas sebesar 17,6%, walau mengalami penurunan terhadap kasus obesitas tetapi untuk kasus kelebihan berat badan mengalami kenaikan, hal tersebut perlu diwaspadai bahwa kelebihan berat badan juga berisiko terhadap obesitas^{5,6}.

Kasus obesitas kini mulai bergeser ke kelompok usia yang lebih muda, khususnya pada individu berusia 18 hingga 29 tahun. Hal ini terutama terlihat pada kaum dewasa awal yang sedang menempuh pendidikan tinggi⁷. Data menurut Survei Kesehatan Indonesia (2023) juga menunjukkan bahwa rentang usia 19-24 tahun memiliki proporsi sebesar 8,5% untuk umur 19 tahun dan 13,4% untuk rentang umur 20-24 tahun. Hal tersebut mengalami peningkatan dari tahun 2018 pada data RISKESDAS untuk golongan umur 20-24 tahun yang sebesar 12,1% sedangkan untuk golongan umur 19 mengalami penurunan yang sebelumnya sebesar 8,9%, walau mengalami penurunan sebesar 0,4% hal tersebut juga perlu diwaspadai untuk golongan dewasa muda^{5,6}.

Menurut teori Segitiga Epidemiologi Model John Gordon, mahasiswa dapat menjadi *host* dari permasalahan gizi ini, umumnya mahasiswa dengan tingkat kesibukan tertinggi seperti fakultas kedokteran, fakultas farmasi diikuti dengan

fakultas kesehatan lainnya merupakan program studi dengan tingkat aktivitas akademik yang tinggi dan tekanan yang tinggi. Terlebih lagi perbedaan sistem Blok pada program studi kedokteran dan keperawatan dan sistem SKS pada program studi kesehatan masyarakat, farmasi dan psikologi, menjadikan perbedaan karakteristik pada pembelajaran mahasiswa, adapun terkait lingkungan perkuliahan dapat menjadi faktor *environment* yang menyebabkan stres hingga kejadian obesitas. Hal tersebut menyebabkan *agent* seperti asupan gizi, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak baik, stres yang tinggi sehingga mendorong mahasiswa memiliki pola hidup tidak sehat dan menyebabkan kelebihan berat badan^{8,9,10}.

Aktivitas Fisik dipercaya menjadi pengaruh terhadap kejadian kegemukan karena berpengaruh terhadap pembakaran energi atau lemak dalam tubuh¹¹. Dari penelitian yang dilakukan oleh Sitorus (2020) pada mahasiswa kedokteran mengenai hubungan aktivitas fisik terhadap status gizi obesitas dan tidak obesitas didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada mahasiswa¹².

Perilaku makan yang tidak sehat dapat mengakibatkan seseorang kurang mengatur makanan yang masuk kedalam tubuh sehingga berpengaruh terhadap pola konsumsi. Pola konsumsi makanan berisiko seperti makanan tinggi kalori dan lemak, makanan dan minuman manis berpeluang besar menyebabkan obesitas^{13,14,15}. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Arifani (2021) menunjukkan bahwa makanan berisiko seperti makanan manis, minuman manis, *soft drink* dan makanan instan berhubungan secara signifikan dengan obesitas pada usia diatas 18 tahun¹⁶.

Adapun terkait kurangnya asupan serat seperti konsumsi buah dan sayur merupakan faktor risiko terjadinya obesitas pada kalangan dewasa muda. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan bahwa proporsi kurang konsumsi buah dan sayur pada kalangan umur diatas 19 tahun lebih dari 90% tidak mengkonsumsi buah dan sayur⁵. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa kurangnya asupan sayur/buah memiliki hubungan terhadap kejadian obesitas pada penelitian yang dilakukan oleh Awaliya (2020) di kalangan mahasiswa¹⁷.

Stres pada mahasiswa berpengaruh terhadap obesitas, mahasiswa yang mengalami tingkat stres tinggi sering kali mengalami dampak negatif pada kesehatan dan kinerja akademis mereka, sehingga dapat mempengaruhi perilaku makan dan menyebabkan seseorang mengonsumsi makanan obesogenik¹⁸. Penelitian yang dilakukan Adilah (2023) pada mahasiswa kedokteran sejalan dengan hal tersebut sehingga hubungan antara stres dengan obesitas memiliki hubungan yang signifikan¹⁹.

Kualitas tidur dapat mempengaruhi terhadap konsentrasi seseorang dan dapat memicu kelelahan serta kurangnya aktivitas fisik, serta kualitas tidur buruk juga dapat berpengaruh terhadap metabolisme tubuh yang kurang optimal. Dalam penelitian yang dilakukan Adilah (2023) kualitas tidur terhadap kejadian obesitas pada mahasiswa kesehatan, penelitian tersebut mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan terhadap kejadian obesitas pada mahasiswa^{20,19}.

Faktor genetik atau perawakan orang tua menyebabkan perbedaan metabolisme pada beberapa orang seperti gen bawaan dan biologis dari orang tua, begitupun pada jenis kelamin berpengaruh karena perbedaan hormon dan pola hidup antara perempuan dan laki-laki, biasanya laki-laki lebih banyak mengeluarkan tenaga dibanding perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Lubis (2020) pada mahasiswa mengatakan bahwa jenis kelamin dan faktor keturunan berhubungan secara signifikan terhadap kejadian obesitas²¹.

Berdasarkan penelitian terdahulu, peneliti menemukan bahwa penelitian terhadap obesitas ke mahasiswa dalam lingkup fakultas masih jarang dilakukan, dan pada variabel seperti perawakan orang tua, stres, dan konsumsi makanan berisiko juga jarang ditemukan. Hal ini dapat menjadi *gap research* pada penelitian ini. Berdasarkan observasi peneliti terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi peneliti menemukan bahwa pada kegiatan Posbindu PTM yang dilakukan oleh Organisasi Kemahasiswaan HPU Pinang Masak FKIK pada bulan September, masih terdapat 12 dari 100 mahasiswa mengalami obesitas yang diukur berdasarkan IMT, kegiatan Posbindu PTM ini pun jarang dan hampir tidak pernah dilakukan di Kampus FKIK Buluran dan seringkali dilaksanakan di Kampus Pondok Meja, hal ini menjadi perhatian

bahwa kegiatan pencegahan PTM harus dilakukan juga di kampus FKIK. Sedangkan berdasarkan survey awal dari 10 mahasiswa FKIK ditemukan terdapat 3 orang mengalami obesitas, ditemukan juga bahwa mayoritas mahasiswa pernah mengalami gejala stres dan gaya hidup yang cenderung tidak sehat. Maka dari itu, peneliti memiliki minat untuk melakukan penelitian mengenai determinan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.

1.2. Perumusan Masalah

Obesitas menjadi permasalahan epidemi secara global maupun nasional. Prevalensi kejadian obesitas pada usia 18 tahun keatas berdasarkan kategori IMT mengalami kenaikan dari tahun 2018 menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) yang pada awalnya 21,8 % menjadi 23,4 % pada tahun 2023 menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI). Pada provinsi Jambi sendiri prevalensi kasus obesitas itu sekitar 14,6 % pada tahun 2023. Sedangkan target RPJMN tahun 2024 pada kasus obesitas diatas 18 tahun adalah 5%, hal tersebut masih jauh dari target, sehingga hal tersebut menjadi perhatian peneliti dalam penelitian ini. Didukung oleh survey awal dari peneliti di lingkungan kampus Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi menemukan bahwa 3 dari 10 mahasiswa FKIK mengalami obesitas dan 12 dari 100 mahasiswa pada kegiatan Posbindu PTM HPU Pinang Masak mengalami obesitas. Sehingga dari data tersebut kasus obesitas masih menjadi permasalahan gizi di mahasiswa. Oleh karena itu, dari data tersebut dan didukung dengan penelitian terdahulu, penelitian ini memiliki rumusan masalah “Bagaimana Determinan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi Universitas Jambi?”.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui dan menganalisis faktor determinan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik, jenis kelamin, perawakan orang tua, kualitas tidur, aktivitas fisik, stres, pola konsumsi makanan berisiko, pola konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
3. Untuk menganalisis hubungan jenis kelamin terhadap obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
4. Untuk menganalisis hubungan perawakan orang tua terhadap obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
5. Untuk menganalisis hubungan kualitas tidur terhadap obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
6. Untuk menganalisis hubungan aktivitas fisik terhadap obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
7. Untuk menganalisis hubungan stres terhadap obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
8. Untuk menganalisis hubungan pola konsumsi makanan berisiko terhadap obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
9. Untuk menganalisis hubungan pola konsumsi buah dan sayur terhadap obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
10. Untuk menganalisis faktor yang paling dominan terhadap kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Sebagai upaya pencegahan permasalahan gizi dan PTM di lingkungan Fakultas kedokteran dan Ilmu Kesehatan sehingga dapat dijadikan program *Screening* Kesehatan secara rutin pada mahasiswa dan dapat dijadikan sebagai

referensi untuk melakukan penelitian di bidang gizi kesehatan masyarakat terkait obesitas pada mahasiswa.

1.4.2. Bagi Universitas Jambi

Sebagai sumber informasi dan pengetahuan terkait penelitian determinan kejadian obesitas pada mahasiswa sehingga dapat dijadikan wawasan mengenai upaya pencegahan dan mengurangi faktor risiko obesitas pada lingkungan kampus.

1.4.3. Bagi Peneliti Lain

Sebagai bahan referensi untuk para peneliti lain dengan topik yang sama serta dapat menambah wawasan dan informasi bagi peneliti lainnya yang akan meneliti terkait kejadian obesitas pada mahasiswa, sehingga bisa dijadikan acuan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.

1.4.4. Bagi Mahasiswa

Sebagai informasi untuk menggambarkan faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada mahasiswa, dan juga sebagai wawasan dalam menjaga kesehatan tubuh dari risiko penyakit khususnya permasalahan gizi di lingkungan kampus.