

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kelebihan berat badan dan obesitas didefinisikan sebagai kondisi abnormal atau berlebihan dari akumulasi kadar lemak yang dapat mempengaruhi kesehatan seseorang (WHO 2015). Kedua hal ini merupakan faktor risiko mayor terjadinya suatu penyakit kronis seperti diabetes, penyakit kardiovaskular dan kanker.⁽¹⁾

Menurut data *World Health Organization* (WHO), prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas terbanyak pada negara dengan pendapatan tinggi seperti Inggris dengan prevalensi obesitas sebanyak 26,9% dan kelebihan berat badan sebanyak 68,1 % (WHO 2010-2014) serta Amerika dengan prevalensi orang obesitas sebanyak 32,6% dan kelebihan berat badan sebanyak 72,1 % (WHO 2010-2014).⁽¹⁾ Indonesia sendiri berdasarkan data WHO 2010-2014 menunjukkan prevalensi obesitas sebanyak 3,5 % serta prevalensi kelebihan berat badan sebanyak 20,6%. Sedangkan berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 prevalensi penduduk >18 tahun dengan berat badan lebih sebanyak 13,5% dan obesitas 15,4%. Jawa timur sendiri

termasuk dalam peringkat ke 11 dengan prevalensi obesitas di atas nasional.⁽²⁾

Metode pengukuran yang dapat digunakan untuk mengukur seseorang termasuk dalam kategori kelebihan berat badan dan obesitas antara lain dengan menggunakan metode IMT (Indeks Massa Tubuh) yaitu perbandingan berat badan (kg) dibagi dengan kuadrat tinggi badan (m^2). Seseorang dikatakan kelebihan berat badan jika IMTnya $\geq 25,0$ - $< 27,0$ sedangkan untuk obesitas jika skor IMTnya $\geq 27,0$ (Riskesdas 2013).⁽²⁾

Selain menggunakan IMT pengukuran lingkaran pinggang (LP) juga dapat digunakan khususnya untuk menggambarkan jaringan lemak *visceral* dan subkutan. Kedua hal tersebut berkaitan dengan kondisi abnormal dari akumulasi kadar lemak dibagian abdomen yang disebut obesitas sentral. Oleh karena itu penggunaan lingkaran pinggang ini dapat digunakan untuk mengetahui seseorang termasuk dalam kategori obesitas sentral atau tidak. *Cut off point* untuk masuk dalam kategori obesitas sentral, untuk laki-laki dengan LP > 90 cm atau perempuan dengan LP > 80 cm (WHO Asia-Pasifik 2005).^(3,4)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Riskesdas 2013 tentang status gizi dewasa berdasarkan lingkaran pinggang, Indonesia

memiliki prevalensi obesitas sentral sebanyak 26,6%, lebih tinggi dari prevalensi tahun 2007 sebanyak 18,8%. DKI Jakarta menempati urutan prevalensi tertinggi sebanyak 39,7%, sedangkan Jawa Timur menduduki peringkat ke 18 dengan prevalensi obesitas sentral di atas nasional.⁽²⁾

Kebiasaan seseorang duduk untuk waktu yang cukup lama dan jarang melakukan aktivitas fisik dapat diartikan sebagai kebiasaan sedentari atau biasa dikenal dengan *sedentary life style*. Dalam Bahasa latin *sedere* artinya duduk, namun oleh karena perkembangan modern disebut menjadi *sedentary*. Pate, dkk. pada tahun 2011 memberikan pengertian mengenai hal ini yaitu aktivitas sedentari tidak hanya berkaitan dengan tingkat aktivitas seseorang namun juga berkaitan dengan *energy expenditure* pada level 1.0-1.5 *metabolic equivalent units* (METs).⁽⁵⁾

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Inggris oleh *Department Of Health* pada tahun 2010 menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara aktivitas sedentari dengan angka kejadian obesitas. Selain itu pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas sedentari meningkatkan risiko penyakit metabolik. Pada penelitian Jaspinder Kaur dan Mandeep Kaur pada tahun 2015

menunjukkan adanya hubungan yang positif antara aktivitas sedentari dengan angka kejadian penyakit metabolik seperti penyakit kardiovaskular.⁽⁵⁾

Penelitian mengenai aktivitas sedentari juga pernah dilakukan di Indonesia salah satunya yaitu yang dilakukan oleh Rahmadani A, Indriasari R dan Yustini pada tahun 2014. Penelitian tersebut membahas mengenai hubungan aktivitas sedentari dengan kejadian *overweight* pada remaja di SMA Katolik Cendrawasih Makassar, dimana dari hasil akhir yang didapatkan menunjukkan bahwa ada korelasi antara aktivitas sedentari dengan kejadian *overweight* / kelebihan berat badan. ⁽⁶⁾

Mahasiswa Fakultas Kedokteran cenderung memiliki tingkat aktivitas yang rendah hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Angyan,L.dkk. pada tahun 2003 yang berjudul *Selected Physical Characteristics of Medical Students* yang dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Hungaria menunjukkan bahwa rata-rata tingkat aktivitas mahasiswa Fakultas Kedokteran memiliki tingkat aktivitas yang rendah. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa tingkat aktivitas yang rendah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran disebabkan oleh waktu yang kurang untuk melakukan

olahraga.⁽⁷⁾ Hal inilah yang kemudian dapat menjadi pemicu terjadinya risiko obesitas. Keadaan obesitas nantinya akan menjadi faktor risiko terjadinya penyakit-penyakit metabolik salah satunya penyakit kardiovaskular seperti pada penelitian yang dilakukan oleh *Department Of Health* pada tahun 2010. Berdasarkan hal tersebut peneliti akan menganalisa hubungan aktivitas sedentari dengan lingkaran pinggang dan indeks massa tubuh sehingga nantinya dapat diperoleh informasi mengenai pentingnya merubah pola aktivitas khususnya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya terkait dengan penelitian ini.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara aktivitas sedentari dengan lingkaran pinggang dan indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan aktivitas sedentari dengan lingkaran pinggang dan indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

Agar Tujuan Umum pada penelitian ini dapat tercapai maka berikut ini akan dijabarkan mengenai tujuan khusus terkait dengan penelitian yang dilakukan:

- a) Mengidentifikasi lingkaran pinggang pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.
- b) Mengidentifikasi indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.
- c) Mengidentifikasi karakteristik aktivitas sedentari pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.
- d) Menganalisis hubungan aktivitas sedentari dengan lingkaran pinggang pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.
- e) Menganalisis hubungan aktivitas sedentari dengan derajat indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran .

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang didapat dari penelitian ini ditujukan khususnya kepada peneliti, masyarakat dan dunia kedokteran serta kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

1.4.1 Bagi Peneliti

Manfaat yang bisa didapatkan oleh peneliti terkait dengan penelitian ini antara lain sebagai berikut :

- a) Menambah pengetahuan dan wawasan tentang topik yang diteliti.
- b) Sebagai prasyarat kelulusan Program Pendidikan Dokter Strata-1 Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
- c) Sebagai proses belajar dalam menerapkan disiplin ilmu yang telah dipelajari di Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

1.4.2 Bagi Masyarakat dan Dunia Kedokteran

Manfaat yang bisa didapatkan oleh Masyarakat dan Dunia Kedokteran terkait dengan penelitian ini antara lain sebagai berikut :

- a) Masyarakat menjadi lebih peduli terhadap risiko dari aktivitas sedentari sehingga bisa mendorong suatu upaya preventif.
- b) Masyarakat menjadi lebih mengerti mengenai parameter seperti IMT dan lingkaran pinggang yang dapat digunakan untuk deteksi dini suatu risiko terjadinya penyakit.

- c) Dapat dijadikan sebagai sumber atau referensi untuk menjajaki penelitian dengan tingkatan yang lebih lanjut.
- d) Menambah pengetahuan dan wawasan di bidang kesehatan terutama mengenai aktivitas sedentari pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.

1.4.3 Bagi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Manfaat yang bisa didapatkan oleh Mahasiswa FK UKWMS terkait dengan penelitian ini antara lain sebagai berikut :

- a) Mengetahui profil indeks massa tubuh dan lingkaran pinggang pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
- b) Mengetahui karakteristik aktivitas sedentari pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
- c) Mengetahui upaya tindakan pencegahan dari efek negatif aktivitas sedentari pada lingkaran pinggang dan indeks massa tubuh.
- d) Mengetahui risiko kesehatan akibat lingkaran pinggang dan indeks massa tubuh yang tidak normal.