

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masalah kesehatan masyarakat yang signifikan adalah meningkatnya prevalensi obesitas pada anak dan remaja. Saat ini, satu dari tiga anak Amerika dan Inggris mengalami kelebihan berat badan atau obesitas, dan obesitas pada masa kanak-kanak sering kali berlanjut hingga dewasa (Dolton & Tafesse, 2022). Tingkat obesitas telah meningkat selama tiga puluh tahun terakhir menjadi 27,5% untuk orang dewasa dan 47,1% untuk remaja. Lebih dari 400 juta orang obesitas di seluruh dunia, obesitas dianggap sebagai pandemi karena prevalensinya yang tinggi dalam beberapa tahun terakhir. *Body Massa Indeks* (BMI) 30 kg/m^2 atau lebih dianggap obesitas, dan BMI digunakan untuk memperkirakan prevalensi obesitas atau kelebihan berat badan (Alhashemi et al., 2022). Di Indonesia orang yang berusia 18 tahun keatas 13,5% mengalami kelebihan berat badan dan 28,7% mengalami obesitas dengan ($\text{IMT} \geq 25$). Berdasarkan indikator Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015 – 2019 sebanyak 15,4% mengalami obesitas dengan ($\text{IMT} \geq 27$). Data terakhir berdasarkan Survei Indikator Kesehatan Nasional (SIRKESNAS) 2016 angka obesitas dengan $\text{IMT} \geq 27$ meningkat menjadi 20,7%, sementara obesitas dengan $\text{IMT} \geq 25$ menjadi 33,5% (Kementerian Kesehatan, 2021). Kejadian obesitas di Jawa Tengah pada usia 18 tahun keatas mencapai 11,6%. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menyebutkan prevalensi obesitas di DIY pada tahun 2018 terdapat 21,4%, prevalensi obesitas pada perempuan umur > 18 tahun yaitu 29,3% (90.519 orang), lebih tinggi dibandingkan dengan laki – laki yaitu 14,5% (3.487 orang) (Kuswandi & Rahayu, 2022).

Kebiasaan makan berlebihan dapat menyebabkan obesitas. Ketika seseorang mengkonsumsi lebih banyak kalori daripada yang di bakar akan menjadi gemuk. Pada dasarnya tubuh membutuhkan kalori baik untuk aktivitas fisik maupun untuk kelangsungan hidup, namun menjaga berat badan membutuhkan keseimbangan antara kalori masuk dan kalori keluar (Saraswati et al., 2021). Kegemukan dan obesitas mungkin hasil dari ketidakseimbangan energi yang terjadi. Obesitas memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap sejumlah penyakit degeneratif kronis, antara lain diabetes tipe 2, hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, kanker, dan kelainan tulang. Angka kesakitan dan

kematian penderita obesitas relatif tinggi akibat banyaknya penyakit yang dapat ditimbulkan oleh obesitas. Jadi, obesitas berpengaruh terhadap biaya perawatan kesehatan. Obesitas diperkirakan mencapai 2 - 10% dari pengeluaran kesehatan nasional tahunan setiap negara di negara-negara kaya. Di negara-negara miskin, mungkin melebihi 10% (Masrul, 2018). Makan berlebihan mengacu pada konsumsi makanan cepat saji, olahan, minuman ringan, dan makanan ringan seperti makanan cepat saji (burger, pizza, hotdog), serta makanan siap saji lainnya yang terdapat di gerai. Kurang lebih separuh penduduk Indonesia terbiasa mengonsumsi makanan berlemak dan kaya kolesterol lebih dari sekali sehari. Salah satu alasan orang Indonesia makan terlalu banyak adalah kecenderungan untuk makan di luar dan dibawa pulang. Kebiasaan sering makan di luar, yang diikuti dengan penambahan porsi makanan tambahan, dapat meningkatkan asupan kalori harian. *Fast food* merupakan bentuk makanan yang mudah disajikan dan praktis dengan cara yang mudah. Makanan masyarakat serba cepat karena kepraktisan mulai dari waktu, rasa hingga biaya yang lebih murah, menawarkan berbagai varian, tidak menguras waktu untuk memasak (Aulia et al., 2018).

Banyaknya penjual, warung, atau rumah makan yang menyediakan makanan cepat saji dengan harga yang terjangkau dan enak. Hal ini dapat menjadi solusi praktis bagi keluarga modern untuk memenuhi kebutuhan makan keluarga. Seseorang dengan mudah mengonsumsi makanan cepat saji yang biasanya murah dan kaya kalori, lemak jenuh, lemak trans, gula, dan sodium. Selama beberapa dekade terakhir, karena tingkat obesitas telah meningkat secara global, konsumsi makanan cepat saji telah meningkatkan perkembangan makanan cepat saji internasional. Makanan cepat saji lebih disukai di kalangan anak-anak dan remaja, sebagian karena aksesibilitas, rasa, dan pendekatan pemasarannya. Kemudahan dalam mendapatkan penjual makanan cepat saji dapat meningkatkan kemungkinan kelebihan berat badan dan obesitas (Jia et al., 2021). Makanan cepat saji merupakan makanan yang dianggap memiliki sedikit atau tidak ada nilai gizinya, makanan yang memiliki nilai gizi tetapi juga mengandung komponen yang dianggap tidak sehat jika sering dikonsumsi. Usaha pengolahan makanan modern telah berhasil meyakinkan masyarakat bahwa makanan olahan mengandung nilai gizi, padahal sebenarnya tidak. *Fast food* yang tinggi lemak, garam, dan gula, serta bahan aditif sintetik dan adiktif, dapat menghasilkan rasa yang nikmat sekaligus berpotensi menimbulkan berbagai penyakit, mulai dari yang ringan hingga berat, antara lain obesitas, diabetes, rematik, hipertensi, serangan jantung, stroke, dan kanker (Hidajahturrokhmah et al., 2018).

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada bulan Januari 2023 di Desa Dukuh. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 5 orang warga dengan obesitas. Didapat 3 orang mengatakan bahwa biasa makan mie instan sebanyak 5x dalam seminggu, kemudian 2 orang mengkonsumsi mie instan sebanyak 3x dalam seminggu. Dan 5 orang mengatakan bahwa mengkonsumsi ayam fried chicken hampir setiap hari dalam seminggu. Responden mengatakan bahwa setiap hari memasak sayur untuk keluarga, tetapi responden jarang mengkonsumsi sayur.

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada bulan Januari 2023 dengan 10 orang dewasa di Desa Dukuh, Bayat, Klaten. Berdasarkan hasil studi pendahuluan terdapat 5 orang yang mempunyai $IMT \geq 25$, dan 5 orang lainnya memiliki $IMT \leq 23,5$. Dari 10 orang ada 7 orang mengatakan bahwa jenis makanan yang sering dikonsumsi seperti fried chicken, mie instan, dan makanan frozen food, dan ada 3 orang mengatakan bahwa jarang mengkonsumsi makanan cepat saji.

B. RUMUSAN MASALAH

Apakah ada hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada orang dewasa di desa Dukuh?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada orang dewasa di desa Dukuh

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin pada usia dewasa di desa Dukuh
- b. Mengidentifikasi kebiasaan konsumsi makananan cepat saji pada orang dewasa di desa Dukuh
- c. Mengidentifikasi kejadian obesitas pada orang dewasa di desa Dukuh
- d. Mengidentifikasi hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas di desa Dukuh

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan untuk referensi penelitian pada bidang ilmu kesehatan

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat agar dapat mengidentifikasi jenis makanan yang sehat untuk mencegah obesitas sehingga resiko obesitas berkurang

b. Bagi Institusi pendidikan

Penelitian ini dapat memberikan bukti nyata bahwa lemak tinggi, karbohidrat tinggi, dan glukosa tinggi yang terdapat pada makanan cepat saji dapat menyebabkan obesitas

c. Bagi Profesi Perawat

Penelitian ini dapat menjadi referensi dalam mengembangkan penyuluhan tentang gizi yang seimbang

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini sebagai acuan untuk mengembangkan intervensi, edukasi untuk masyarakat tentang makanan sehat, dan dampak dari makanan cepat saji

E. KEASLIAN PENELITIAN

1. Sarbia A. (2017) meneliti tentang “Hubungan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Obesitas Remaja di SMP Muhammadiyah 9 Yogyakarta”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian sebanyak 32 responden dengan menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu pengukuran antropometri dan lembar ceklist konsumsi *fast food*. Analisis data menggunakan uji *Kendall Tau*. Konsumsi *fast food* remaja di SMP Muhammadiyah 9 Yogyakarta sebagian besar yaitu remaja (68,8%) dengan kategori rendah, dan kejadian obesitas sebagian besar yaitu 22 remaja (68,8%) dengan kategori obesitas I. Hasil analisis uji *Kendall Tau* menunjukkan adanya hubungan konsumsi *fast food* terhadap obesitas remaja di SMP Muhammadiyah 9 Yogyakarta ditunjukkan dengan nilai 0,564 dengan $p = 0,01$ ($p < 0,05$).

Perbedaan dari penelitian ini adalah penelitian menggunakan populasi di desa Dukuh, Bayat, Klaten, teknik pengambilan sampel yang akan dilakukan oleh peneliti dengan *simple random sampling* sedangkan teknik analisa data peneliti menggunakan teknik *spearman rank*.

2. Ika, Netty, Ari (2020) meneliti tentang “Hubungan Pengetahuan, Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin” perbedaan dengan penelitian ini yaitu penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*. Populasi penelitian seluruh siswa SMPN 15 Banjarmasin sebanyak 183 orang pada tahun 2019. Sampel berjumlah 65 responden. Pengambilan sampel secara random sampling. Uji statistik menggunakan uji *Chi Square test*. Hasil sebagian besar responden mengalami obesitas sebanyak 41 responden (63%), sebagian besar responden memiliki pengetahuan gizi kurang sebanyak 31 responden (47,7%), sebagian besar responden yang sering mengonsumsi makanan cepat saji sebanyak 42 responden (64,6%). Ada hubungan pengetahuan $P = \text{value} = 0,004 < \alpha 0,05$, ada hubungan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji $P = \text{value} = 0,000 < \alpha 0,05$ dengan kejadian obesitas.

Perbedaan dari penelitian ini adalah variabel yang digunakan pada penelitian ini yaitu konsumsi makanan cepat saji sedangkan pada penelitian diatas menggunakan pengetahuan, Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji, penelitian menggunakan populasi di desa Dukuh, Bayat, Klaten, teknik pengambilan sampel yang akan dilakukan oleh peneliti dengan *simple random sampling*, sedangkan teknik analisa data peneliti menggunakan teknik *spearman rank*.

3. Lestari (2021) meneliti tentang “Hubungan Konsumsi *Fast Food* dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Kelurahan Polokarto Kabupaten Sukoharjo” perbedaannya yaitu jenis penelitian ini adalah observasional dengan menggunakan metode *cross sectional*, jumlah subjek penelitian sebanyak 73 remaja yang mengikuti organisasi karangtaruna di Kelurahan Polokarto dan dipilih dengan metode *convenience sampling*. Data kejadian obesitas didapatkan dari perhitungan IMT/U, data konsumsi *fast food* dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner FFQ dan aktivitas fisik dengan cara wawancara menggunakan formulir PAL. Analisis data dengan *Chi Square*. Distribusi responden berdasarkan kejadian obesitas yaitu 23,3%. Distribusi responden berdasarkan konsumsi *fast food* dengan kategori sering 56,2%. Distribusi responden berdasarkan aktivitas fisik dengan kategori ringan 61,1%. Hasil uji hubungan diketahui konsumsi *fast food* $p=0,001$, RR (CI 95%) 0,629(0,489-0,810)

dan aktivitas fisik $p=0,002$, RR (CI 95%) 0,668(0,532-0,840). Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja di Kelurahan Polokarto Kabupaten Sukoharjo.

Perbedaan dari penelitian ini adalah variabel yang digunakan pada penelitian ini yaitu konsumsi makanan cepat saji sedangkan pada penelitian diatas menggunakan Konsumsi *Fast Food* dan Aktivitas Fisik, penelitian menggunakan populasi di desa Dukuh, Bayat, Klaten, teknik pengambilan sampel yang akan dilakukan oleh peneliti dengan *simple random sampling*, sedangkan teknik analisa data peneliti menggunakan teknik *spearman rank*.