

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Di negara-negara berpenghasilan tinggi, 26% pria dan 35% wanita tidak aktif secara fisik, dibandingkan dengan 12% pria dan 24% wanita di negara berpenghasilan rendah. Penyebab yang mendasar dari kelebihan berat badan dan obesitas adalah ketidakseimbangan energi antara kalori yang dikonsumsi dan kalori yang dikeluarkan. Menurut *World Health Organization (WHO)* 2018, prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas telah meningkat hampir tiga kali lipat sejak tahun 1975. Pada tahun 2016, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun keatas mengalami obesitas, dengan lebih dari 650 juta mengalami obesitas.⁽¹⁾

Dalam sebuah penelitian di Amerika Serikat yang diambil secara nasional 2017 pada remaja sampai dewasa muda memiliki prevalensi kelebihan berat badan 25,7% dan obesitas 22,9%.⁽²⁾ Kemudian, penelitian di kota Goiania, Brasil prevalensi kelebihan berat badan 36,1% dan obesitas 23,8%.⁽³⁾

Menurut penelitian Nuertey DB at all 2017, prevalensi kelebihan berat badan di Ghana, Afrika Barat pada pensiunan 30,0% kelebihan berat badan dan obesitas 16,3%⁽⁴⁾. Obesitas paling tinggi di antara yang masih bekerja secara kelompok dibandingkan dengan orang bekerja sendiri atau yang tidak berpenghasilan.⁽⁵⁾

Adapun prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada petani Yi dan migran di Yi, Tiongkok menunjukkan bahwa kelebihan berat badan pada petani Yi 18,59% dan obesitas 2,96% dan pada migran Yi kelebihan berat badan 36,57%.⁽⁶⁾ Pada penelitian di Libya, Arab prevalensi kelebihan berat badan 32,9% dan obesitas pada orang dewasa 42,4%. Selain itu, dikalangan

pria kelebihan berat badan 32,4%, obesitas 33,8% , sedangkan pada wanita kelebihan berat badan 33,2% dan obesitas 47,4%.⁽⁷⁾

Dalam sebuah penelitian di Brasil, beberapa produk diidentifikasi sebagai obesogenik yaitu, permen dan gula, hidangan makanan yang khas, kue kering, makanan cepat saji, minyak, susu, sereal, dan saus.⁽⁸⁾Sebagian besar makanan berisiko mengandung sejumlah gula, lemak, karbohidrat, sedikit mineral dan vitamin.

Pada penelitian di Universitas Zimbabwe, Afrika bagian selatan kebanyakan 36,5% mengatakan bahwa mengkonsumsi makanan berisiko seperti makanan cepat saji dengan alasan enak dan 23,5% lainnya mengatakan mengkonsumsinya karena sibuk dan tidak ada waktu untuk mempersiapkan makanan dirumah.⁽⁹⁾

Konsumsi makanan berisiko tanpa disadari menambahkan tingkat keparahan dari obesitas sebesar 26% jika dikonsumsi perminggu.⁽¹⁰⁾Karena mengkonsumsi makanan cepat saji, makanan berlemak, dan makanan yang mengandung lemak, gula dan kalori tinggi akan menyebabkan kenaikan berat badan, sehingga perlu untuk mengatur pola makan yang seimbang.⁽¹¹⁾

Dalam hal pekerjaan, sebagian besar kasus obesitas terjadi pada kelompok pekerjaan rumah tangga sebanyak 34,9% , salah satu faktor terjadinya kelebihan berat badan bahkan sampai obesitas yaitu pengaturan pola makan yang kurang sehat seperti jeroan, daging, makanan gorengan dan asupan lemak yang tinggi.⁽¹²⁾

Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013, prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada orang dewasa 13,5% dan 15,4%. Prevalensi laki-laki dewasa obesitas sebanyak 19,7% dan prevalensi obesitas perempuan dewasa (>18 tahun) 32,9%, dibandingkan dengan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 prevalensi kelebihan berat badan 13,% dan obesitas 21,8%. Prevalensi pada laki-laki dewasa kelebihan berat badan

12,1% dan obesitas 14,5% , sedangkan prevalensi pada perempuan dewasa kelebihan berat badan 15,1% dan obesitas 29,3%.

Berdasarkan latar belakang yang telah dibuat diatas dibuatlah sebuah karya ilmiah berupa skripsi yang berjudul “Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan Berkarbohidrat tinggi dan Berlemak terhadap Kelebihan Berat Badan-Obesitas pada Orang Dewasa Di Indonesia” (Analisis Lanjut Data Riskesdas 2018)”.

I.2 Rumusan Masalah

Perilaku konsumsi makanan berisiko 36,5% menyebabkan kelebihan berat badan dan obesitas,⁽¹¹⁾ sehingga sangat penting untuk mengatur pola makan yang bergizi.⁽¹²⁾ Pada tahun 2016, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun keatas mengalami obesitas.^(13,1,9)

Dari keadaan diatas memberikan peluang untuk meneliti bagaimana hubungan perilaku konsumsi makanan berkarbohidrat tinggi dan berlemak terhadap kelebihan berat badan-obesitas pada orang dewasa di Indonesia.

I.3 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana Hubungan perilaku konsumsi makanan berkarbohidrat tinggi dan berlemak terhadap kelebihan berat badan-obesitas pada orang dewasa di Indonesia.

I.4 Tujuan Penelitian

I.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan perilaku konsumsi makanan berkarbohidrat tinggi dan berlemak terhadap kelebihan berat badan-obesitas pada orang dewasa di Indonesia (Analisis lanjut data Riskesdas 2018).

I.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui demografi karakteristik usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan status pekerjaan orang dewasa di Indonesia
2. Mengetahui kelebihan berat badan-obesitas pada orang dewasa di Indonesia
3. Mengetahui perilaku konsumsi makanan berkarbohidrat tinggi dan berlemak di Indonesia
4. Mengetahui hubungan perilaku konsumsi makanan berkarbohidrat tinggi dan berlemak terhadap kelebihan berat badan-obesitas pada orang dewasa di Indonesia

I.5 Manfaat Penelitian

1. Bagi FK UKI diharapkan dapat menambah kepustakaan dan referensi serta menambah wawasan untuk penelitian-penelitian selanjutnya.
2. Bagi Masyarakat mengetahui perilaku konsumsi makanan berkarbohidrat tinggi dan berlemak di Indonesia, serta memberikan informasi agar masyarakat memahami penyebab dari perilaku konsumsi makanan berkarbohidrat tinggi dan berlemak terhadap kelebihan berat-obesitas pada orang dewasa.
3. Bagi peneliti agar dapat menambah pengalaman dan wawasan terhadap penelitian hubungan perilaku konsumsi makanan berkarbohidrat tinggi dan berlemak terhadap kelebihan berat badan-obesitas pada orang dewasa di Indonesia.