

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas merupakan masalah kesehatan global dimana obesitas peringkat 3 besar penyebab gangguan kesehatan kronis dan pintu jalannya penyakit-penyakit kronis lainnya seperti gangguan kardiovaskuler, sindrom metabolik, dan beberapa jenis kanker (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Hasil studi meta-analisis mengungkapkan prevalensi global obesitas sentral adalah 41,5% (Wong et al., 2020). Peningkatan obesitas diprediksi akan terus bertambah dari tahun ke tahun. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dengan permasalahan gizi kompleks salah satunya masalah gizi berlebih

Kasus obesitas sentral di Indonesia pada tahun 2013 adalah 26,6%, lebih tinggi dari prevalensi tahun 2007 yaitu 18,8%. Sedangkan pada tahun 2018 adalah 31% (Kementrian Kesehatan RI, 2013; Kementrian Kesehatan RI, 2019) dan hasil penelitian Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 prevalensi obesitas sentral mencapai 36,8% dan hasil tersebut jauh lebih tinggi. Berdasarkan usia, penduduk mengalami obesitas sentral pada usia 40-59 tahun. Kelompok usia dewasa menjadi salah satu kelompok yang paling sering mengalami obesitas (Kosnayani dkk., 2016). Seseorang dikatakan obesitas sentral jika lingkaran perut ≥ 80 cm untuk wanita dan ≥ 90 cm untuk laki-laki (Kementrian Kesehatan RI, 2019).

Seiring dengan penambahan usia, pada umumnya kasus obesitas sentral mengalami peningkatan. Peningkatan usia meningkatkan kandungan lemak total, terutama distribusi lemak pusat. Prevalensi obesitas sentral meningkat sampai dengan usia 44 tahun, pada masa tua terjadi penurunan otot dan perubahan beberapa jenis hormon yang memicu penumpukan lemak perut. Penelitian Septiyani, dkk (2020) menunjukkan bahwa prevalensi obesitas tertinggi pada wanita berada pada usia 40-59 tahun.

Kejadian obesitas sentral ditemukan banyak pada wanita dibandingkan laki-laki, hal ini dapat disebabkan karena terdapat perbedaan tingkat konsumsi energi dan aktivitas fisik (WHO). Prevalensi obesitas pada wanita lebih tinggi yaitu 29,6% dari pada laki-laki yaitu 25% dan kategori paling tinggi yaitu sebanyak 20,3% adalah ibu rumah tangga (National Health and Morbidity Survey, 2011). Menurut hasil Riskesdas 2018, indikator obesitas sentral pada penduduk usia ≥ 15 tahun termasuk perempuan di provinsi Jawa Tengah berada di kisaran sekitar 30–40 % Wanita mengontrol energi yang berlebih untuk simpanan lemak, sedangkan laki-laki untuk mensintesis protein. Lemak perut lebih tinggi pada wanita dibandingkan laki-laki juga dapat disebabkan karena jaringan adiposa meningkat seiring bertambahnya usia. Wanita setelah menopause akan mengalami peningkatan lemak tubuh, Obesitas sentral ditemukan lebih tinggi pada sampel dengan usia lebih tua,

Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas sentral pada wanita yaitu seperti usia, kurangnya aktivitas fisik, dan pola makan yang tidak teratur, aktivitas fisik yang rendah merupakan faktor resiko tertinggi terjadinya

obesitas sentral pada wanita di Indonesia. Obesitas sentral dapat memberikan masalah begitu besar pada kesehatan dengan munculnya penyakit degeneratif seperti peningkatan sindrom metabolik, hipertensi, diabetes melitus, batu empedu, aterosklerosis, gangguan fungsi pulmonal dan dislipidemia.

Getuk dikenal sebagai makanan yang ditemukan di pasar-pasar tradisional di daerah Jawa Tengah dan Jawa Timur (Idatul,dkk, 2017). Getuk gondok adalah makanan yang terbuat dari bahan utama singkong, getuk gondok berwarna hijau, coklat, merah muda dan putih yang diolah dengan cara dikukus lalu dihaluskan atau dilumatkan kemudian ditambahkan gula pasir, gula jawa dan ditambahkan dengan parutan kelapa.

Konsumsi makanan manis seperti getuk gondok memiliki hubungan yang signifikan dengan obesitas sentral di Indonesia, karena adanya hubungan antara konsumsi karbohidrat dan gula dengan obesitas sentral. Makanan manis dapat mempengaruhi penambahan berat badan dan lingkar perut. Asupan gula sederhana memiliki risiko 5,7 kali lebih besar terhadap terjadinya obesitas dibandingkan dengan asupan gula sederhana yang cukup (Palupi, 2016). Direktorat dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) merekomendasi konsumsi gula per hari adalah 10% dari total energi (220 kkal) atau sama dengan 4 sendok makan per harinya.

Singkong merupakan bahan makanan sumber karbohidrat, kelebihan konsumsi karbohidrat akan disimpan dalam bentuk glikogen di lemak yang kemudian akan menyebabkan overweight dan obesitas. Konsumsi karbohidrat sederhana secara berlebihan dapat mempengaruhi kadar leptin di dalam tubuh

sehingga nafsu makan menjadi tidak terkontrol. Penelitian Wa Ode Nurali, dkk (2018) menunjukkan bahwa ada hubungan antara karbohidrat dengan obesitas sentral.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Kelurahan Wates, Kota Magelang dengan total sampel wanita dewasa sebanyak 20 orang, dari total 20 sampel, semua mengalami obesitas sentral. Dengan jumlah sebanyak 20 orang, 10% mengonsumsi getuk gondok sebanyak 2 kali seminggu, 40% mengonsumsi getuk gondok 5-6 kali dalam seminggu dan 50% lainnya mengonsumsi getuk gondok setiap hari pada pagi hari. Berdasarkan pengamatan penulis penderita obesitas sentral memiliki perut yang buncit dan berdasarkan pengukuran menggunakan metline memiliki lingkar perut ≥ 80 cm.

Berdasarkan uraian diatas tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Antara Konsumsi Getuk Gondok Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Wanita Dewasa di Kelurahan Wates, Kota Magelang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut “Adakah hubungan antara konsumsi getuk gondok dengan kejadian obesitas sentral pada wanita dewasa di Kelurahan Wates, Kota Magelang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi getuk gondok dengan kejadian obesitas sentral pada wanita dewasa di Kelurahan Wates Kota, Magelang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran konsumsi getuk gondok dengan kejadian obesitas pada wanita dewasa di Kelurahan Wates, Kota Magelang.
- b. Mengetahui gambaran obesitas sentral pada wanita dewasa di Kelurahan Wates, Kota Magelang.
- c. Mengetahui hubungan antara konsumsi getuk gondok dengan obesitas sentral pada wanita dewasa di Kelurahan Wates, Kota Magelang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang angka kejadian obesitas sentral pada wanita dewasa di Kelurahan Wates, Kota Magelang dan hubungannya dengan konsumsi getuk gondok.

2. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk rekomendasi program dalam rangka menambah informasi tentang ilmu gizi khususnya mengenai obesitas sentral pada wanita dewasa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai obesitas sentral pada wanita dewasa.