

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas merupakan masalah kelebihan gizi dan merupakan salah satu masalah kesehatan yang dihadapi negara-negara di dunia, termasuk Indonesia. (Siahaan et al., 2024). Obesitas pada anak dan remaja merupakan masalah kesehatan global. Angka obesitas menjadi semakin umum di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, sementara angkanya tetap tinggi secara konsisten di negara-negara berpenghasilan tinggi (Gunaidi et al., 2024). Di dunia modern, obesitas terutama menyerang remaja. Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), obesitas umum terjadi pada anak-anak. Ada banyak kasus obesitas pada anak yang menyebabkan kematian. Data prevalensi obesitas anak adalah 12,7% untuk anak berusia 2 hingga 5 tahun. 20,7% terjadi pada anak usia antara 6 dan 11 tahun. Anak-anak berusia 12 hingga 19 tahun terkena dampak sebesar 22,2%. Berdasarkan data tersebut, 22,2% kasus obesitas di Indonesia terutama terjadi pada remaja (Yusuf Anjani Pjt, 2024). Pada tahun 2023, World Population Review melakukan studi tentang prevalensi obesitas di 104 negara. Hasil survei menunjukkan bahwa 10 negara memiliki tingkat obesitas tertinggi di dunia yaitu Nauru, Kepulauan Cook, Palau, Kepulauan Marshall, Tuvalu, Niue, Tonga, Samoa, Kiribati, Mikronesia (Yusuf Anjani Pjt, 2024). Kelebihan berat badan dan obesitas meningkat di seluruh dunia, obesitas dianggap sebagai salah satu definisi kesehatan dan diakui sebagai bentuk malnutrisi yang paling umum bisa meningkatkan insiden komplikasi terkait obesitas dan beban penyakit global (Ma et al., 2020). Survei menemukan bahwa 11,35% orang mengalami kelebihan berat badan. Banyak temuan menunjukkan bahwa anak perempuan, remaja yang bersekolah di siang hari, dan orang yang bekerja di pekerjaan yang tidak banyak bergerak memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kelebihan berat badan, sementara orang yang berusia di atas 15 tahun

dan mereka yang telah menerima pendidikan tentang makan sehat memiliki risiko keseluruhan yang lebih rendah ditemukan bahwa gadis remaja yang memiliki pekerjaan yang banyak bergerak cenderung mengalami kelebihan berat badan (Dendup et al., 2022). Hasilnya menunjukkan bahwa 45% peserta adalah laki-laki, dan usia rata-rata adalah 14,8 tahun. Secara keseluruhan, 18,2% peserta mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Kepulauan Cook memiliki persentase remaja tertinggi yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas, diikuti oleh Kuwait, Bahama, Tuvalu, Polinesia, Bahrain, Brunei, dan Fiji (Sultana et al., 2021a)

Obesitas pada remaja dianggap sangat serius karena memiliki efek seumur hidup, dan menjadikannya salah satu masalah kesehatan masyarakat teratas abad ke-21 dan menyumbang 2,6 juta kematian di seluruh dunia di setiap tahunnya prevalensi obesitas telah meningkat di banyak negara, termasuk di ASIA timur dan selatan (Agustina et al., 2021). Menurut survei Kesehatan Berbasis Sekolah Global (GSHS) yang dilakukan pada periode 2007 hingga 2014 prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas di ASIA Tenggara remaja berusia 13-15 tahun sebesar 9,9%. Sementara itu, tren gizi lebih pada remaja di Indonesia meningkat drastis prevalensi dari kelebihan berat badan dan obesitas pada remaja usia 13-15 tahun memiliki peningkatan dari 2,5% menjadi 10% dan mencapai 16% berdasarkan survei Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010,2013,2018 (Arfines et al., 2020). Remaja yang kelebihan berat badan dan obesitas merupakan masalah kesehatan masyarakat utama di abad ke-21. Meskipun prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas di kalangan remaja tampaknya tertinggi di negara-negara berpendapatan tinggi, hal ini juga meningkat pesat di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah ke bawah dan dikaitkan dengan kekurangan gizi yang parah. Mungkin juga ada kasus-kasus yang demikian. Jumlah anak obesitas di seluruh dunia meningkat sepuluh kali lipat, dari 11 juta pada tahun 1975 menjadi 124 juta pada tahun 2016, dan tambahan 213 juta remaja mengalami kelebihan berat badan pada tahun 2016. Asia Timur, Timur Tengah dan Afrika Utara (Sultana et al.,

2021b) Obesitas pada negara berkembang, termasuk di Asia Selatan, mengalami peningkatan signifikan dalam prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas di kalangan anak muda (Saha et al., 2022).

Obesitas dikaitkan dengan resiko kesehatan yang signifikan dengan komorbiditas, seperti penyakit kardiovaskular, hipertensi, hiperlipidemia, diabetes tipe 2, dan kanker tertentu. Hal ini terkait dengan peningkatan resiko morbiditas dan mortalitas, serta penurunan harapan hidup. Jika dibandingkan dengan individu dengan berat badan yang sehat, harapan hidup dari usia 40 tahun adalah 4,2 tahun lebih pendek pada pria obesitas dan 3,5 tahun lebih pendek pada wanita obesitas. Indeks massa tubuh yang tinggi berkontribusi pada 4 juta kematian secara global pada tahun 2015. (Agustina et al., 2021). Obesitas dan kegemukan adalah kondisi fisik abnormal yang ditandai dengan penumpukan lemak berlebih dalam tubuh. Lemak berlebih biasanya terakumulasi di jaringan subkutan di sekitar organ dan juga dapat menyerang organ. Lemak tubuh yang berlebih dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Remaja yang mengalami obesitas berisiko menjadi obesitas saat dewasa, yang dapat menyebabkan penyakit metabolik dan penyakit tidak menular (Elsa Sari Saputri & Samsudi, 2024). Obesitas pada anak-anak dan remaja dapat memiliki konsekuensi jangka panjang seperti perkembangan diabetes tipe 2 dan penyakit kardiovaskular pada usia dini. Selain itu, obesitas mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan anak dan remaja (Stikes et al., 2021). Kaum muda yang menderita kelebihan berat badan atau obesitas di usia dini berisiko terkena berbagai penyakit tidak menular, Orang yang kelebihan berat badan yang mengalami obesitas pada masa kanak-kanak atau remaja memiliki risiko 50-100% lebih tinggi terkena penyakit kardiovaskular, diabetes, kanker, dan radang sendi terkait obesitas (Kshatri et al., 2022). Obesitas merupakan masalah yang mengkhawatirkan bagi semua kelompok populasi, dari masa kanak-kanak, remaja hingga dewasa. Obesitas memiliki banyak konsekuensi, termasuk berkembangnya berbagai penyakit seperti diabetes, stroke, penyakit jantung, dan

penyakit tidak menular berbahaya lainnya yang dapat menyebabkan kematian.(Yusuf Anjani Pjt, 2024).

Faktor penyebab obesitas antara lain faktor lingkungan, faktor genetik, faktor psikologis, faktor kesehatan, obat-obatan, faktor perkembangan, dan aktivitas fisik. Faktor lingkungan juga memegang peranan penting, seperti pengaruh gaya hidup individu dan kebiasaan makan. Kebiasaan makan berlebihan bisa menjadi salah satu faktor terjadinya obesitas (Elsa Sari Saputri & Samsudi, 2024). Penyebab obesitas diduga bersifat multifaktorial. Saat ini, penyebab kegemukan antara lain kebiasaan makan yang buruk dan gaya hidup tidak teratur yang ditandai dengan konsumsi junk food. Makanan cepat saji berarti penurunan asupan gizi dan peningkatan asupan makanan berkalori tinggi Makanan cepat saji mengandung banyak garam, gula, lemak, dan kalori. Menurut standar kesehatan internasional dan nasional, mengonsumsi makanan cepat saji dapat melebihi asupan rata-rata harian individu (Tazkiah et al., 2024). Faktor penyebab obesitas di Asia Timur meliputi stres psikososial dan kurangnya gaya hidup aktif. Kekurangan nutrisi. Perubahan hormonal. Faktor genetik dan epigenetik. Faktor sosial dan ekonomi. Faktor-faktor ini dapat berinteraksi untuk memperburuk situasi obesitas di Asia Timur, sehingga memerlukan pendekatan dengan beberapa konsep atau aspek berbeda (Mathis et al., 2022). Beberapa penelitian di atas dilakukan di luar negeri, sehingga atas dasar ini, akan menganalisis prevalensi dan faktor-faktor yang berhubungan dengan kegemukan di kalangan remaja Indonesia.

1.2 Rumusan masalah

Faktor-faktor apa sajakah yang mempengaruhi obesitas di kalangan remaja Indonesia?.

1.3 Tujuan Umum:

Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi obesitas di kalangan remaja Indonesia.

1.4 Tujuan Khusus:

1. Mengidentifikasi karakteristik respon meliputi: usia, jenis kelamin, *food security*, perilaku makan, *mental well-being*, dan aktivitas fisik.
2. Mengidentifikasi prevalensi obesitas di kalangan remaja Indonesia.
3. Menganalisa faktor yang beresiko yang berhubungan dengan obesitas di kalangan remaja Indonesia (usia, jenis kelamin, *food security*, perilaku makan, *mental well-being*, dan aktivitas fisik).

