

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas atau kegemukan merupakan suatu kelainan atau penyakit yang ditandai oleh penimbunan jaringan lemak dalam tubuh secara berlebihan (Sjarif, 2002). Obesitas pada anak adalah masalah yang sangat kompleks, yang antara lain berkaitan dengan kualitas makanan yang dikonsumsi oleh seseorang, perubahan pola makan menjadi makanan cepat saji yang memiliki kandungan kalori dan lemak yang tinggi, waktu yang dihabiskan untuk makan, waktu pertama kali anak mendapat asupan berupa makanan padat, kurangnya aktivitas fisik, faktor genetik, hormonal dan lingkungan (Vanitallie, 1998). Pada studi lainnya menyatakan beberapa prediktor obesitas terdiri dari, orangtua yang obesitas, durasi pemberian ASI, waktu penggunaan televisi pada anak, diet, dan durasi tidur (Dev, et al., 2013).

Beberapa dekade terakhir kejadian obesitas meningkat secara drastis, menyebabkan konsekuensi yang serius kepada orang yang terkena, layanan kesehatan, dan lingkungan (Anic G.M., et al., 2010). Satu dari 10 (sepuluh) anak di dunia mengalami kegemukan. Peningkatan obesitas pada anak dan remaja sejajar dengan orang dewasa (WHO, 2000). Kejadian obesitas meningkat dua kali lipat pada anak usia 2-5 tahun dan usia 12-19 tahun, bahkan meningkat tiga kali lipat pada anak usia 6-11 tahun sejak tahun 1970 hingga sekarang. Di Indonesia, masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8 persen, terdiri dari gemuk 10,8 persen dan sangat gemuk (obesitas) 8,8 persen. Prevalensi gemuk terendah di Nusa Tenggara Timur

(8,7%) dan tertinggi di DKI Jakarta (30,1%). Sebanyak 15 provinsi dengan prevalensi sangat gemuk diatas nasional, yaitu Kalimantan Tengah, Jawa Timur, Banten, Kalimantan Timur, Bali, Kalimantan Barat, Sumatera Utara, Kepulauan Riau, Jambi, Papua, Bengkulu, Bangka Belitung, Lampung dan DKI Jakarta (RISKESDAS, 2013).

Durasi tidur merupakan salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan dan penambahan berat badan (Börnhorst, et al., 2012). Tidur yang tidak cukup dapat secara drastis merubah nafsu makan, rasa kenyang, asupan makanan, dan keseimbangan energi. Seiring dengan peningkatan populasi obesitas, durasi tidur pun semakin menurun (Penev, 2012). Anak-anak tidur dua jam lebih larut daripada kebiasaan tidur mereka 20 tahun yang lalu (Knutson, 2012; Landhuis, et al., 2008; Zimberg, et al., 2012). Adapun *National Sleep Foundation* merekomendasikan bahwa durasi tidur ideal bagi anak usia sekolah (usia 6-13 tahun) sebaiknya selama 9-11 jam per harinya (Hirshkowitz, 2015).

Tidur adalah salah satu tanda kekuasaan Allah SWT. Tidur dalam pandangan Islam memberi berbagai manfaat yaitu untuk menenangkan dan mengistirahatkan tubuh setelah beraktifitas serta untuk menyempurnakan proses pencernaan makanan yang telah masuk kedalam tubuh (Almanhaj, 2010). Adab adab tidur yang telah dicontohkan Nabi Muhammad SAW. terbukti sangat baik untuk kesehatan. Salah satunya adalah kebiasaan Nabi SAW tidur setelah waktu isya dan terbangun sepertiga malam (Muhfachrizar, 2013). Kurang tidur menurut pandangan Islam dapat berakibat buruk bagi kesehatan atau menimbulkan kemudharatan seperti penyakit. Jika penyakit itu dibiarkan dan tidak berusaha untuk diobati, maka hal tersebut dilarang dalam agama. Karena hal tersebut dapat menyebabkan kerusakan bagi diri sendiri (Muhfachrizar, 2013).

Studi ini akan mengkhususkan tentang pengaruh durasi tidur singkat pada kejadian obesitas pada anak, khususnya anak usia sekolah. Masalah ini akan ditinjau dari segi medis dan pandangan agama Islam. Selain itu, penulis juga akan meninjau faktor-faktor yang dapat menyebabkan durasi tidur singkat pada anak beserta tatalaksana anak dengan obesitas.

1.2 Permasalahan

1. Bagaimana pengaruh durasi tidur singkat terhadap kejadian obesitas pada anak?
2. Apa saja faktor-faktor yang menyebabkan durasi tidur singkat pada anak?
3. Bagaimana pengaruh durasi tidur singkat terhadap kejadian obesitas pada anak ditinjau dari segi Islam?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penulisan skripsi ini ialah untuk mendapatkan pengetahuan mengenai pengaruh durasi tidur singkat dengan kejadian obesitas pada anak ditinjau dari kedokteran dan Islam.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui dan memahami obesitas pada anak.
2. Mengetahui dan memahami gangguan tidur pada anak.
3. Mengetahui dan memahami pengaruh durasi tidur singkat dengan obesitas pada anak.
4. Mengetahui dan memahami tinjauan Islam mengenai durasi tidur singkat dengan kejadian obesitas pada anak.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Penulis

1. Meningkatkan pengetahuan mengenai pengaruh durasi tidur singkat terhadap kejadian obesitas pada anak.
2. Meningkatkan keterampilan dan kemampuan dalam menulis ilmiah dan berpikir logis serta aplikatif dalam memecahkan masalah ilmiah.
3. Menambah pengetahuan mengenai hukum Islam dalam penerapannya di bidang kedokteran sehingga mendukung terciptanya dokter muslim yang baik.
4. Memenuhi salah satu persyaratan kelulusan sebagai dokter muslim di Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pengaruh durasi tidur singkat dengan kejadian obesitas pada anak baik melalui konsep medis maupun dari ajaran Islam.

1.4.3 Bagi Institusi (Universitas Yarsi)

Diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan masukan bagi civitas akademika Universitas YARSI dan dapat menambah perbendaharaan karya ilmiah bagi Universitas YARSI.