

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Obesitas kini menjadi masalah kesehatan publik yang lebih besar dibandingkan kelaparan. Lebih dari 2,1 miliar penduduk dunia atau hampir 30 persen dari populasi global mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Lebih dari 40 juta orang dewasa di Indonesia mengalami obesitas atau kegemukan. Obesitas berisiko menderita berbagai penyakit degeneratif, mulai dari diabetes, serangan jantung, stroke, hingga kanker. Menurut Riskesdas 2013, kejadian obesitas cenderung meningkat setiap tahunnya. Prevalensi nasional tingkat kegemukan anak usia 5-12 tahun masih tinggi yaitu sebesar 18,8%, untuk kategori gemuk sebesar 10,8% dan obesitas 8,8%. Di daerah perkotaan prevalensi obesitas lebih tinggi dibandingkan pedesaan, masing-masing sebesar 23,8% dan 16,3% terutama untuk wilayah DKI Jakarta yang mencapai 39,7%. Penelitian *The Lancet* menunjukkan di seluruh dunia Indeks Massa Tubuh (IMT) orang dewasa meningkat pada periode 1980-2013 dari 28,8% menjadi 36,9 % untuk laki-laki dan dari 29,8 % menjadi 38% untuk perempuan. Kegemukan dan obesitas didefinisikan sebagai akumulasi abnormal atau kelebihan lemak yang berisiko bagi kesehatan. Obesitas dapat ditentukan menggunakan IMT yaitu perbandingan berat badan (dalam kilogram) dengan kuadrat tinggi badan (dalam meter).

Di era globalisasi dan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin canggih, penyebaran informasi serta akses telekomunikasi dan transportasi semakin lebih cepat dan mudah. Pelajar tingkat SMA cenderung menggunakan *smartphone* untuk mendukung pembelajaran sampai bermain suatu permainan. Dampak yang sering terjadi dengan kemajuan teknologi informasi, diantaranya seseorang mengabaikan kesehatan, karena terlalu nyaman dengan teknologi tersebut. Kegiatan tersebut membuat para remaja kurang bahkan malas gerak sehingga terjadi penumpukan lemak tubuh yang mempercepat kenaikan berat badan dan meningkatkan risiko obesitas (Effendi, 2014). Perilaku hidup sedentarian (kurang gerak) sangat tinggi di daerah DKI Jakarta karena didukung

oleh teknologi dan transportasi yang memadai sehingga dapat mengurangi kegiatan aktivitas fisik yang seharusnya dapat menjadi penyeimbang terhadap asupan makanan yang berlebihan.

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan otot-otot rangka yang menghasilkan pengeluaran sejumlah energi yang dinyatakan dalam satuan kilo kalori. (Hadi, 2004). Menurut penelitian sebelumnya, dari 785 orang dewasa di Indonesia menunjukkan yang kurang melakukan aktivitas fisik pada tingkat pendidikan SMA ke atas lebih tinggi dibandingkan dengan pendidikan SD dan SMP. Dari penelitian tersebut didapatkan pula responden dengan aktivitas fisik kurang memiliki risiko kejadian obesitas 2 kali lebih besar dibandingkan dengan aktivitas fisik yang cukup. (Raynor,H.A, et al., 2011).

Smartphone merupakan salah satu alat komunikasi, dan salah satu bentuk alat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang komunikasi (Effendi, 2005). Ajaran Islam memotivasi manusia untuk tidak berhenti dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi. Manusia diminta segera menyelesaikan urusan lain dengan sungguh-sungguh setelah berhasil menyelesaikan suatu urusan. Sebagaimana firman Allah dalam surat Al-Insyirah (94):7: *“Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”* .

Obesitas merupakan peningkatan berat badan sebagai akibat akumulasi lemak berlebihan dalam tubuh. Mengenai makanan dan pola makan, Islam tidak hanya menyinggung tentang makanan dan kandungannya saja, juga kesempurnaan dan kesehatan makanan, serta cara mengonsumsinya. Sebab pola makan yang buruk dan berlebihan dalam mengonsumsi makanan atau sebaliknya, terlalu sedikit mengonsumsi makanan dari yang seharusnya, serta tidak memperhatikan keseimbangan kandungan makanan, akan mengakibatkan munculnya berbagai macam penyakit. (As-Syayyid, 2006). Sebagaimana firman Allah dalam surat Al-A'raf (7):31: *“... makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan, Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan”* .

Pelajar adalah istilah lain yang digunakan bagi peserta didik yang mengikuti pendidikan formal tingkat dasar maupun pendidikan formal tingkat menengah. Sebagai pelajar berkewajiban untuk mencari ilmu pengetahuan umum maupun agama, sebagaimana sabda Rasulullah SAW: "*Menuntut ilmu itu adalah kewajiban atas setiap orang Islam laki-laki maupun perempuan.*" (HR Ibnu Majah)

Dalam ajaran Islam dilarang melakukan segala sesuatu yang berlebihan dan sangat mementingkan kesehatan jasmani yang dilakukan dengan cara menjaga pola hidup sehat sesuai dengan ajaran Islam, termasuk di antaranya menjaga asupan makanan seimbang tidak berlebihan.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut di atas, dalam kesempatan ini penulis ingin menulis skripsi dengan judul: Hubungan Tingkat Penggunaan *Smartphone* dengan Risiko Obesitas Pada Pelajar SMAN 51 Jakarta Di tinjau dari Kedokteran dan Islam

1.2 Perumusan Masalah

Kemajuan teknologi berupa *smartphone* meningkatkan gaya hidup sedentarian (malas gerak) yang dapat menimbulkan risiko obesitas terutama pada pelajar tingkat SMA.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Berapa frekuensi penggunaan *smartphone* dalam 24 jam pada siswa SMAN 51 Jakarta?
2. Berapa durasi penggunaan *smartphone* dalam 24 jam pada siswa SMAN 51 Jakarta?
3. Apakah ada hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan risiko obesitas pada pelajar SMAN 51 Jakarta?
4. Bagaimana tinjauan Islam terhadap hubungan penggunaan *smartphone* dengan risiko obesitas pada pelajar SMAN 51 Jakarta?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

Mengetahui hubungan tingkat penggunaan *smartphone* dengan risiko obesitas pada SMAN 51 Jakarta.

2. Tujuan Khusus :

- a. Mengetahui frekuensi dan durasi menggunakan *smartphone* dalam 24 jam pada siswa SMAN 51 Jakarta.
- b. Mengetahui tinjauan islam terhadap hubungan penggunaan *smartphone* terhadap risiko obesitas pada pelajar SMAN 51 Jakarta.

1.5 Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat yang dapat diperoleh dalam penelitian ini antara lain adalah:

1. Manfaat Bagi Peneliti

Sebagai pembelajaran dalam menulis dan menyusun skripsi berbasis penelitian.

2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi bahan pustaka dan literatur bagi Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi.

3. Manfaat Bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penggunaan gadget yang dapat mempengaruhi keseimbangan berat badan.