

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas merupakan keadaan patologis, yaitu dengan terdapatnya penimbunan lemak yang berlebihan dari yang diperlukan untuk fungsi tubuh yang normal. Tetapi masih banyak pendapat di masyarakat yang mengira bahwa anak gemuk adalah sehat. (Soetjiningsih, 2012).

Masalah kegemukan dan obesitas di Indonesia terjadi pada semua kelompok umur dan pada semua strata sosial ekonomi. Pada anak sekolah, kejadian kegemukan dan obesitas merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa. Kegemukan dan obesitas pada anak berisiko berlanjut ke masa dewasa, dan merupakan faktor risiko terjadinya berbagai penyakit metabolik dan degeneratif seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes mellitus, kanker, osteoarthritis, dll. Pada anak, kegemukan dan obesitas juga dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan yang sangat merugikan kualitas hidup anak seperti gangguan pertumbuhan tungkai kaki, gangguan tidur, sleep apnea (henti napas sesaat) dan gangguan pernafasan lain. (Madarina Julia, et.al.2012).

Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 menunjukkan prevalensi obesitas di Indonesia pada penduduk usia > 15 tahun pada laki-laki sebesar 13,9 % dan perempuan sebesar 23,8 % sedangkan pada anak-anak usia 6-14 tahun sebesar 9,5 % laki-laki dan perempuan 6,4%. Berdasarkan Riskesdas 2013, Prevalensi nasional obesitas pada laki-laki lebih rendah dari pada perempuan, sebesar 13,9% laki-laki dan perempuan 23,8%. Sedangkan untuk di daerah perkotaan besar prevalensi obesitas lebih tinggi dari pada di pedesaan. Kelebihan berat badan dan obesitas telah menyebabkan 3,4 juta orang meninggal. *Studi The Lancet* menunjukkan, di seluruh dunia proporsi indeks massa tubuh orang dewasa meningkat pada periode 1980-2013 dari 28,8 % menjadi sebesar 36,9 % untuk laki-laki sedangkan perempuan dari 29,8% menjadi sebesar 38%. Berdasarkan hasil penelitian di Kota Manado dengan sampel sebanyak 2835 siswa SLTP terdapat 35,71% obesitas pada usia 11-12 tahun dan 64,29% obesitas pada usia

13-15 tahun. Dengan distribusi prevalensi obesitas terbanyak pada perempuan sekitar 50,71% sedangkan pada laki-laki 49,29% (Basuki, 2005)

Obesitas disebabkan karena beberapa faktor diantaranya kurangnya aktifitas fisik, sindroma makan malam sebelum tidur, faktor emosional, efek samping dari obat tertentu, faktor hormonal, faktor genetik, faktor kesuburan, faktor lingkungan, pengetahuan gizi yang kurang dan mengkonsumsi makanan ringan dalam kemasan seperti : coklat, makan cepat saji, makanan berpemanis buatan dan mengkonsumsi minuman ringan atau *soft drink* (Mustofa,2010). Penyebab utama dari kegemukan adalah berlebihnya asupan makan dibandingkan dengan energi yang digunakan, Kelebihan asupan energi pada remaja selama 10 tahun terakhir ini terfokus pada asupan *junk food* dan minuman berpemanis. Di Amerika Serikat, telah dilakukan berbagai penelitian tentang hubungan konsumsi berlebihan minuman berpemanis terhadap terjadinya kegemukan. Minuman berpemanis (*sugar-sweetened beverage*) adalah minuman yang diberi tambahan gula sederhana selama proses produksi yang dapat menambah kandungan energi, tetapi memiliki sedikit kandungan zat gizi lain yang diperlukan oleh tubuh. Sebanyak 84% remaja Amerika mengonsumsi minuman berpemanis. Konsumsi ini menyumbang energi sebesar 301 kalori untuk kelompok usia 12-19 tahun (13% total energi). Sedangkan di Indonesia kandungan dalam 300-500 ml minuman kemasan yang beredar terkandung gula seperti fruktosa dan sukrosa sebanyak 37-54 gram. Jumlah kandungan gula ini melebihi 4 kali rekomendasi penambahan gula yang aman pada minuman yaitu 6-12 gram, tingginya kadar pemanis buatan ini meningkatkan asupan kalori pada remaja di Indonesia, dimana minuman kemasan menempati posisi kedua minuman terfavorit yang dikonsumsi baik oleh kalangan remaja maupun dewasa. Minuman kemasan (*soft drink*) menjadi salah satu bagian gaya hidup remaja di kota-kota besar, karena penyajian kemasan yang menarik, serta iklan-iklan minuman ringan yang dikemas dengan nuansa remaja, Minuman ringan memiliki kandungan gula yang tinggi sehingga berat badan akan cepat bertambah bila dikonsumsi secara berlebihan.

Sedikitnya penelitian dan informasi tentang hubungan antara minuman ringan dengan kejadian obesitas di Indonesia perlu mendapatkan perhatian, dikarenakan

gaya hidup remaja di kota-kota besar Indonesia sangat dipengaruhi oleh gaya hidup remaja Amerika dan Eropa. Konsekuensi kesehatan dari konsumsi minuman kemasan yang berlebihan bisa menjadi pemicu semakin meningkatnya angka kejadian obesitas pada remaja.

Dalam penulisan ini, penulis mencoba mengkaji mengenai hubungan konsumsi minuman kemasan dengan risiko kejadian obesitas, apakah pada anak SMA risiko obesitas sama besarnya dengan pengaruh pada anak SMP.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dapat disimpulkan bahwa meningkatnya konsumsi minuman kemasan pada pelajar merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi angka kejadian obesitas di kalangan pelajar sekolah menengah atas.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian tersebut di atas maka didapatkan pertanyaan sebagai berikut:

1. Berapa banyak minuman kemasan yang dikonsumsi dalam satu hari?
2. Berapa nilai IMT setiap pelajar SMA ?
3. Apakah ada hubungan antara konsumsi minuman kemasan dengan risiko kejadian obesitas pada pelajar SMA?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Mengetahui berapa persentase asupan kandungan gula yang dikonsumsi.
2. Mengetahui nilai IMT setiap pelajar SMA.
3. Mengetahui hubungan risiko obesitas dengan konsumsi minuman kemasan yang berlebihan

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan dapat belajar menulis cara penulisan penelitian khususnya tentang hubungan konsumsi minuman kemasan dengan risiko kejadian obesitas

2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi bahan pustaka bagi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi

3. Manfaat Bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat untuk tidak mengonsumsi minuman kemasan secara berlebihan untuk mengurangi faktor risiko obesitas