

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas merupakan permasalahan gizi serius dan salah satu risiko utama penyakit tidak menular (PTM) serta penyebab utama kematian di negara maju dan berkembang. Obesitas disebabkan karena ketidakseimbangan jumlah energi yang masuk dengan energi yang diperlukan tubuh. Obesitas yang pada umumnya dialami oleh orang dewasa dan masih menjadi permasalahan yang belum teratasi oleh dunia, salah satunya Indonesia. Prevalensi obesitas terus meningkat di seluruh dunia dan telah menjadi epidemik global. Sedikitnya 2.8 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat obesitas. Sebanyak lebih dari 1.9 miliar orang di dunia mengalami kelebihan berat badan dan 650 juta orang mengalami obesitas (Suto, 2017). Obesitas juga menjadi faktor risiko meningkatnya prevalensi hipertensi di Indonesia. Hipertensi menjadi penyebab kematian nomer satu di dunia. Individu dengan obesitas akan berisiko sebanyak 2,21 kali mengalami hipertensi. Kasus hipertensi di Indonesia akibat obesitas mengalami kenaikan kasus sebanyak 8,1% pada tahun 2018 (Kementrian, 2021). Apabila penyakit hipertensi tidak segera dikontrol dengan baik, maka dapat mengarah pada komplikasi penyakit jantung dan stroke.

Tahap perkembangan dewasa cenderung mengalami gangguan pada status gizi mereka, sehingga kondisi fisik tampak lebih gemuk dan mengalami obesitas. Permasalahan tersebut terjadi karena ketidakmampuan individu dalam menilai

nutrisi sesuai kebutuhan, didukung dengan kurangnya aktivitas fisik yang jarang dilakukan individu dewasa karena kesibukannya dalam bekerja. Kebiasaan lain yang semakin memperburuk obesitas yaitu begadang dan makan larut malam. Konsumsi makanan larut malam dapat mempengaruhi proses pencernaan sehingga menjadi lebih lambat dan perubahan metabolisme yang menyebabkan gangguan tidur, refluks asam, dan penambahan berat badan. Kebiasaan begadang akan terjadi peningkatan rasa lapar melalui meningkatnya *hormone ghrelin* (pengontrol rasa lapar) dan menurunnya *hormone leptin* (pengontrol rasa kenyang) sehingga cenderung memilih makanan yang tidak sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

WHO menyebutkan bahwa obesitas berkontribusi sebesar 5% dalam kematian global pada 2015, sedikitnya ada 2,8 juta orang di seluruh dunia meninggal akibat obesitas (Disease, 2017). Prevalensi obesitas penduduk dewasa di Indonesia yang mengalami obesitas sebanyak 35,4% dan targetnya pada tahun 2024 permasalahan obesitas tidak meningkat dari angka 21,8% (Badan Pusat Statistik, 2018). Data obesitas menurut jenis kelamin pada penduduk berusia >18 tahun pada laki-laki sebanyak 26,6% dan pada perempuan sebanyak 44,4% (Badan Pusat Statistik, 2018). Data Riskesdas (Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan, 2018) menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 8 (13,6%) dewasa di Indonesia memiliki berat badan berlebih, dan sekitar 1 dari 3 dewasa di Indonesia (21,6%) bahkan mengalami obesitas. Menurut Kemenkes, angka obesitas di Indonesia sebanyak 13,5% orang dewasa berusia >18 tahun mengalami *overweight* dan 28,7% lainnya mengalami obesitas ($IMT \geq 25$) (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Didukung dengan kejadian pandemi Covid-19 yang mewabah selama 2 tahun terakhir secara tidak langsung berdampak pada peningkatan prevalensi kejadian obesitas di seluruh dunia akibat pembatasan sosial dan fungsional, menurunnya aktivitas fisik dan terbatasnya akses menuju pelayanan kesehatan (Brown *et al.*, 2021). Situasi pandemi juga mendorong adanya kecenderungan individu untuk mengonsumsi berbagai jenis makanan tanpa batasan untuk meningkatkan imunitas tubuh (Sfidn, 2021).

Dampak dari kondisi pandemi Covid-19 yang mewabah selama dua tahun di Indonesia, kasus penyakit diabetes mellitus diprediksi akan terjadi peningkatan sebanyak 21,3 juta kasus pada tahun 2030 karena obesitas yang tidak terkendali (Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan, 2018). Kejadian obesitas didukung dengan keadaan demografis yaitu individu yang tinggal di daerah perkotaan. Kenaikan kasus obesitas dewasa berusia >18 tahun mengalami kenaikan hingga mencapai 28,7% di wilayah perkotaan. Data dengan cakupan Jawa Timur menyebutkan proporsi berat badan berlebih (*overweight*) dan obesitas pada dewasa berusia >18 tahun mengalami kenaikan secara drastis, yaitu 13,75% dewasa muda mengalami *overweight* sedangkan 22,37% lainnya mengalami obesitas. Rata-rata pengeluaran warga Surabaya yang dialokasikan untuk membeli keperluan pangan juga mengalami kenaikan sebesar 36.000 rupiah pada tahun 2020 (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, 2021). Kota Surabaya menduduki peringkat 7 teratas diantara kota lain di Jawa Timur sehingga berbanding lurus dengan kejadian gizi berlebih yaitu sebanyak 39% dewasa

mengalami obesitas (Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan, 2018).

Apabila permasalahan gizi obesitas tidak segera ditangani, maka salah satu dampak yang kemungkinan besar akan terjadi adalah bertambahnya kasus diabetes mellitus yang semakin tidak terkendali dan diprediksi akan terjadi peningkatan sebanyak 21,3 juta kasus pada tahun 2030 di Indonesia serta berbagai penyakit penyerta lainnya seperti hipertensi dan penyakit jantung (Kementrian, 2009). Belum ada penelitian yang membahas mengenai perubahan perilaku makan pada masa pandemi Covid-19. Selain itu, penelitian ini perlu dilakukan untuk memastikan mengenai faktor pendukung dari memburuknya perilaku makan meliputi faktor predisposisi, pendukung dan pendorong yang menjadi penyebab meningkatnya angka kejadian obesitas yang terjadi selama masa pandemi.

Berdasarkan model teori keperawatan *Precede-Proceed Model*, menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku manusia dalam hal ini adalah perilaku makan berlebih diantaranya faktor predisposisi yaitu pengetahuan dan variabel demografi, faktor pendukung yaitu paparan sosial media dan pendorong yaitu dukungan keluarga dan dukungan teman sebaya dari terjadinya perilaku makan berlebih (Nursalam, 2020). Tempat penelitian dilakukan di Kota Surabaya selain didasari dengan data diatas, hal penting lainnya dikarenakan individu yang tinggal di daerah perkotaan cenderung lebih banyak mengalami obesitas karena kemudahan akses untuk mengonsumsi makanan olahan, gaya hidup kurang gerak serta infrastruktur perkotaan yang tidak memadai untuk melakukan aktivitas olahraga (Karana, 2021). Berdasarkan pendapat tersebut, maka penelitian ini menjelaskan penyebab lain seperti pengetahuan, variabel

demografi, paparan media sosial, dukungan orang tua dan dukungan teman sebaya terhadap perilaku makan berlebih yang menyebabkan meningkatnya kejadian obesitas pada masa pandemi agar selanjutnya mendapatkan intervensi yang tepat dan sesuai dalam mengatasi permasalahan obesitas, khususnya yang terjadi pada dewasa.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Makan Dewasa dengan Obesitas pada Masa Pandemi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan faktor yang mempengaruhi perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis pengaruh pengetahuan terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi
2. Menganalisis pengaruh variabel demografi terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi
3. Menganalisis pengaruh paparan sosial media terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi
4. Menganalisis pengaruh dukungan teman sebaya terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi
5. Menganalisis pengaruh dukungan orang tua terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi

6. Mengidentifikasi seberapa besar tingkat pengaruh faktor pengetahuan terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi
7. Mengidentifikasi seberapa besar tingkat pengaruh variabel demografi terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi
8. Mengidentifikasi seberapa besar tingkat pengaruh paparan sosial media terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi
9. Mengidentifikasi seberapa besar tingkat pengaruh dukungan teman sebaya terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi
10. Mengidentifikasi seberapa besar tingkat pengaruh dukungan orang tua terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi
11. Mengidentifikasi faktor dominan yang paling berpengaruh terhadap perilaku makan dewasa dengan obesitas pada masa pandemi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat teori tentang pengaruh faktor predisposisi, pendukung dan pendorong yang berpengaruh pada perilaku makan berlebih dewasa dengan obesitas di Surabaya.

1.4.2 Praktis

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi tambahan bagi perawat untuk memberikan sosialisasi dan intervensi keperawatan yang sesuai kepada dewasa yang mengalami obesitas berdasarkan latar belakang yang sesuai.

2. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi individu dewasa dengan obesitas dapat memperbaiki pola kebiasaannya dan mencari dukungan yang sesuai sehingga dapat terhindar dari penyakit yang mengganggu system tubuh, mengurangi kemungkinan terkena penyakit diabetes dan hipertensi pada usia lanjut.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi untuk peneliti selanjutnya dan menambah wawasan peneliti tentang faktor apa saja yang mempengaruhi obesitas pada individu dewasa.