

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat dari ketidakseimbangan asupan energi (*energi intake*) dengan energi yang digunakan (*energi expenditure*) dalam waktu lama. Obesitas merupakan gerbang pembuka untuk berbagai penyakit yang lebih parah atau keadaan kesehatan yang cenderung memburuk bagi orang yang mengalami obesitas pada tubuhnya, bahkan penyakit ini menjadi salah satu penyebab utama disabilitas dan kematian. Penyakit ini mencakup luas pada berbagai kalangan usia di seluruh dunia. Selain orang dewasa, anak-anak dan remaja juga berpotensi terkena obesitas. Obesitas merupakan faktor resiko utama bagi kanker, kardiovaskular, penyakit metabolik, dan gangguan pernafasan (Aktor dkk, 2017).

Obesitas merupakan suatu epidemik global sehingga harus segera di tangani. WHO telah mendeklarasikan bahwa obesitas merupakan salah satu penyakit kronik terbesar dunia pada orang dewasa yang jumlah penderitanya semakin bertambah, bahkan penyakit ini menjadi permasalahan lebih serius dibandingkan dengan malnutrisi (Aktor dkk, 2017). WHO melaporkan bahwa pada tahun 2014 lebih dari 1,9 milyar orang dewasa di dunia dengan usia 18 tahun keatas mengalami kelebihan berat badan dan 600 juta dari 1,9 milyar orang tersebut mengalami obesitas (Kemenkes, 2018).

Secara umum, obesitas merupakan gangguan metabolisme terbesar kedua setelah penyakit kardiovaskular. Obesitas dapat diukur dengan menghitung Indeks Masa Tubuh (IMT) masing-masing orang, dengan klasifikasi $IMT \geq 30$ untuk umum dan $IMT \geq 25$ untuk ukuran orang Asia (Kemenkes, 2018). Indeks Masa

Tubuh didefinisikan sebagai berat badan seseorang dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (kg/m^2) (Wang Li-Hua, 2019).

Kejadian obesitas di Indonesia, tercatat 13,5% orang dewasa usia 18 tahun keatas kelebihan berat badan, dan sebanyak 28,7% mengalami obesitas dengan IMT diatas atau sama dengan 25. Berdasarkan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional tahun 2015-2019 sebanyak 15,4% mengalami obesitas dengan $\text{IMT} \geq 27$, dan terjadi obesitas pada anak usia 5-12 tahun 10,8% serta mengalami kelebihan berat badan sebanyak 18,8% (Kemenkes, 2018). Data berdasarkan SIRKESNAS tahun 2016 angka obesitas $\text{IMT} \geq 27$ menjadi 20,7% dan obesitas dengan $\text{IMT} \geq 25$ tercatat sebanyak 33,5%.

Obesitas dapat terjadi karena asupan nutrisi yang tinggi dan durasi tidur yang kurang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhaniah (2014), menyatakan bahwa durasi tidur, asupan energi dan aktifitas fisik berpengaruh terhadap kejadian obesitas pada tenaga kerja kesehatan puskesmas di Kabupaten Pidie Jaya Provinsi Aceh. Hubungan durasi tidur yang kurang dengan asupan energi yang tinggi tidak memberikan pengaruh yang besar sedangkan hubungan durasi tidur yang kurang dengan aktivitas fisik yang kurang aktif, memberikan pengaruh lebih besar terhadap kejadian obesitas dalam penelitian ini.

Obesitas dapat di sembuhkan dengan farmakologis maupun non farmakologis. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Beatriz Bonamichi dan tim terdapat beberapa obat-obatan yang dapat mengatasi masalah kelebihan berat badan dan obesitas. Obat-obatan tersebut dapat mengurangi berat badan berlebih dan memiliki efek samping (Beatriz, 2018). Akan tetapi, belum banyak diketahui mengenai tidak

adanya efek samping apabila mengkonsumsi obat untuk obesitas dalam jangka waktu yang lama. Menurut penelitian yang dilakukan oleh R.Khera (2016), terdapat lima obat kimia jangka panjang yang telah disetujui oleh FDA (*Food and Drug Administration*) Amerika Serikat untuk pengobatan obesitas, yaitu naltrexonebupropion, phentermine-topiramate orlistat, lorcaserin, dan liraglutide. Pengobatan lain yang dapat dilakukan adalah dengan cara operasi bariatrik. Keberhasilan operasi bariatrik telah di uji dengan uji acak terkontrol pada beberapa pasien obesitas (V. L. Gloy, 2013).

Sedangkan untuk pengobatan non farmakologis dapat dilakukan dengan pengaturan pola makan , menghindari alkohol, konsumsi kopi dan teh tanpa gula , memiliki jadwal olahraga yang tetap, mengatur makanan yang masuk dengan kalori yang digunakan (Husnah, 2012). Obesitas menurut TCM (*Traditional Chinese Medicine*) disebut dengan *Fei Pang* hal ini mengarah pada organ limpa dan ginjal yang tidak berfungsi dengan baik, mengarah pada akumulasi dahak dan lembab. Obesitas dibagi menjadi 3 Sindroma, yaitu panas di lambung, defisiensi limpa dan defisiensi ginjal (Yin Ganglin, 2000).

Dalam *Traditonal Chinese Medicine*, obesitas dapat di terapi dengan akupunktur. Akupunktur adalah salah satu pengobatan dengan cara memanfaatkan rangsangan pada titik-titik akupunktur sehingga mempengaruhi aliran bioenergi dalam tubuh. Sistem tersebut berdasarkan konsep keseimbangan antara permukaan tubuh dengan organ melalui sistem meridian yang spesifik, dinilai dari sisi tradisional. Teknik pengobatan akupunktur telah diteliti dapat menurunkan berat badan dengan merangsang pusat kenyang hipotalamus dan menekan pusat lapar yang akan

menurunkan asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh sehingga dapat mengurangi jumlah kalori menjadikan tubuh akan membakar kalori yang tersimpan berupa lemak tubuh sebagai sumber energi. Terapi akupunktur yang dilakukan secara rutin dan teratur akan menurunkan berat badan serta tanda inflamasi sehingga terhindar dari resiko komplikasi dari obesitas (Al Azies dkk, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Maria Dewi tahun 2017 Terhadap Penurunan Berat Badan Pada Klien Berat Badan Berlebih Di Griya Sehat Prima Hati Surakarta, dengan sampel sebanyak 20 orang. Penelitian ini mendapatkan hasil berat badan rata – rata sebelum terapi 57,27 kg dan berat badan rata – rata setelah terapi ke 10 adalah 54,91. Titik yang digunakan dalam terapi ini adalah titik CV 4 (*Guanyuan*), CV 6 (*Qihai*), CV 10 (*Xiawan*), CV 12 (*Zhongwan*), ST 24 (*Huaromen*) dan ST 26 (*Wailing*). Metode akupunktur yang digunakan adalah penusukan pada daerah *abdominal* saja. Terapi Akupunktur pada titik-titik tersebut berpengaruh pada proses metabolisme, dapat meningkatkan proses pemanasan pada jaringan lemak coklat, leptin hypothalamus dan gen pada reseptor leptin (Maria, 2017).

Penggunaan akupunktur disarankan oleh berbagai studi klinis karena berpengaruh terhadap obesitas, yaitu mengatur kinerja sistem endokrin, melancarkan pencernaan, melemahkan stress oksidative, memodulasi molekul yang relevan dari proses metabolisme pasien obesitas. Bukti dari laboratorium menunjukkan bahwa akupunktur meregulasi metabolisme lemak, mengatur respon inflamasi dan meningkatkan perubahan jaringan adiposa putih menjadi coklat. Akupunktur juga menekan nafsu makan melalui pengaturan hormon pengatur nafsu makan serta jalan

sinyal bagian bawah (Wang Li-Hua, 2018). Namun analisis efek berbagai titik akupunktur terhadap obesitas dari beberapa *review* pada literatur, belum diketahui.

Berdasarkan uraian tersebut, perlu dilakukan telaah literatur (review) dari beberapa penelitian sebelumnya yang telah dilakukan untuk menganalisis pengaruh metode akupunktur terhadap obesitas. Terapi tersebut diharapkan dapat bermanfaat bagi penderita obesitas untuk menurunkan berat badan serta mendapatkan angka IMT normal.

1.2 Rumusan Masalah

1. Titik akupunktur apa yang banyak digunakan ?
2. Metode apa yang banyak dilakukan?
3. Bagaimanakah pengaruh berbagai metode terapi akupunktur terhadap obesitas berdasarkan literatur?

1.3 Tujuan Umum Penelitian

Menganalisis efek berbagai terapi akupunktur terhadap obesitas.

1.4 Tujuan Khusus Penelitian

1. Mengetahui efek titik akupunktur terhadap obesitas
2. Mengetahui efek metode akupunktur terhadap obesitas
3. Menjelaskan pengaruh berbagai metode dan titik akupunktur terhadap obesitas

1.2. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti adalah untuk mengetahui keefektifan berbagai macam metode akupunktur terhadap obesitas.

2. Bagi institusi prodi Pengobat Tradisional Universitas dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.