

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas merupakan suatu kelainan kompleks pengaturan nafsu makan dan metabolisme energi yang dikendalikan oleh beberapa faktor biologik spesifik. Secara fisiologis, obesitas didefinisikan sebagai suatu keadaan dengan akumulasi lemak yang tidak normal atau berlebihan di jaringan adiposa sehingga dapat mengganggu kesehatan (Sugondo, 2009).

Seiring dengan berkembangnya zaman serta perubahan tren dan pola hidup yang kurang sehat, saat ini banyak sekali jumlah masyarakat yang menderita obesitas. Obesitas dianggap sebagai sinyal pertama munculnya kelompok penyakit–penyakit non infeksi (*Non Communicable Diseases*) yang banyak terjadi di negara maju maupun negara berkembang. Fenomena ini sering diberi nama “*New World Syndrome*” atau sindroma dunia baru dan hal ini telah menimbulkan beban sosial–ekonomi serta kesehatan masyarakat yang sangat besar di negara–negara yang sedang berkembang termasuk Indonesia (WHO, 2015).

Menurut *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2014, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa yang berusia ≥ 18 tahun, kelebihan berat badan. Dari jumlah tersebut lebih dari 600 juta mengalami obesitas. Secara keseluruhan, sekitar 13% dari populasi dunia dewasa (11% laki-laki dan 15% perempuan) yang mengalami obesitas pada tahun 2014. Prevalensi obesitas di seluruh dunia meningkat dua kali lipat antara tahun 1980 dan 2014 (WHO, 2015).

Di Indonesia, obesitas merupakan salah satu permasalahan gizi. Berdasarkan Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013, prevalensi obesitas pada penduduk berusia ≥ 18 tahun berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah 15,4%. Prevalensi penduduk laki-laki dewasa obesitas pada tahun 2013 sebanyak 19,7 persen, lebih tinggi dari tahun 2007 (13,9%) dan tahun 2010 (7,8%). Pada tahun 2013, prevalensi obesitas perempuan dewasa (≥ 18 tahun) 32,9 persen, naik 18,1 persen dari tahun 2007 (13,9%) dan 17,5 persen dari tahun 2010 (15,5%) (Kemenkes, 2013).

Peningkatan angka kejadian obesitas ini berdampak pada peningkatan angka kejadian penyakit kardiovaskular. Secara umum dampak yang ditimbulkan akibat obesitas adalah gangguan psiko-sosial, pertumbuhan fisik, gangguan pernapasan, gangguan endokrin (Imam, 2005; Sugondo, 2009). Menurut penelitian Lilyasari (2007) terdapat hubungan antara obesitas dengan hipertensi.

Penyebab obesitas sangat kompleks, artinya obesitas disebabkan oleh banyak faktor. Obesitas timbul akibat masukan energi yang melebihi pengeluaran energi. Bila energi dalam jumlah besar (dalam bentuk makanan) yang masuk ke dalam tubuh melebihi jumlah yang dikeluarkan, berat badan akan bertambah dan sebagian energi tersebut akan disimpan sebagai lemak (Guyton, 2007).

Peningkatan akumulasi lemak pada usia remaja berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular, dislipidemia, hipertensi, stroke dan diabetes mellitus tipe 2 (SR, 2005; Syarief, 2008). Dislipidemia adalah kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan maupun penurunan fraksi lipid dalam plasma (Anwar, 2004). Pada penelitian yang dilakukan oleh Ercho (2014) dikatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan kadar HDL dan LDL.

Obesitas berhubungan dengan kadar lipoprotein serum tidak normal. Setiap lipoprotein terdiri atas kolesterol (bebas atau ester), trigliserida, fosfolipid dan apoprotein. Trigliserida merupakan penyimpan lipid utama dalam jaringan adiposa. Pada penderita obesitas kadar trigliserida dalam darah lebih tinggi dibandingkan orang yang tidak obesitas (Sugondo, 2009). Menurut Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013, kadar trigliserida penduduk Indonesia usia ≥ 15 tahun dengan kategori *borderline* tinggi sebesar 13% serta tinggi dan sangat tinggi sebesar 11,9% (Kemenkes, 2013).

Faktor yang mempengaruhi kadar trigliserida adalah asupan makanan. Setiap makanan berlemak yang kita makan mengandung banyak trigliserida (Adam, 2009). Trigliserida disintesis dari karbohidrat, protein dan lemak (Guyton, 2007). Pada penelitian Tsalissavrina (2006) dengan menggunakan sampel *Rattus novergicus strain wistar*, disimpulkan bahwa diet tinggi karbohidrat dapat beresiko terhadap kenaikan kadar trigliserida. Sedangkan kadar trigliserida juga dipengaruhi oleh asupan serat, dimana *intake* serat yang tinggi akan mencegah karbohidrat membentuk trigliserida (Albrink & Ullrich, 1986).

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan asupan makan terhadap kadar trigliserida pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian apakah terdapat hubungan asupan makan (karbohidrat, protein, lemak dan serat) terhadap kadar trigliserida pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan makan (karbohidrat, protein, lemak dan serat) terhadap kadar trigliserida pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui gambaran asupan makan (karbohidrat, protein, lemak, serat) dan kadar trigliserida pada.
- 2) Mengetahui hubungan asupan karbohidrat dengan kadar trigliserida pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- 3) Mengetahui hubungan asupan protein dengan kadar trigliserida pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- 4) Mengetahui hubungan asupan lemak dengan kadar trigliserida pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- 5) Mengetahui hubungan asupan serat dengan kadar trigliserida pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi dunia pendidikan khususnya pada ilmu gizi, epidemiologi dan biokimia.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh pada penelitian mengenai hubungan asupan makan terhadap kadar trigliserida.

b. Bagi Institusi

Sebagai bahan kepustakaan di lingkungan Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

c. Bagi Masyarakat

Bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang mengalami obesitas dapat mengetahui kadar trigliserida pada tubuhnya.