

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Obesitas dapat didefinisikan sebagai kelebihan lemak tubuh (Guyton & Hall, 2014, hlm. 921). Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang cukup mengkhawatirkan bagi dunia kesehatan dalam beberapa tahun terakhir. Menurut *World Health Organization* (WHO) (2015) di seluruh dunia setidaknya 2,8 juta orang meninggal setiap tahun sebagai akibat dari kelebihan berat badan atau obesitas, dan diperkirakan 35.800.000 (2,3%) dari *Disability-Adjusted Life Year* (DALY) global yang disebabkan oleh kelebihan berat badan atau obesitas. Pada tahun 2008, 35% dari orang dewasa berusia lebih dari 20 tahun mengalami kelebihan berat badan ( $BMI \geq 25 \text{ kg / m}^2$ ). Prevalensi obesitas di seluruh dunia meningkat hampir dua kali lipat antara tahun 1980 dan 2008.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2013, hlm. 51-53), pada laki-laki usia lebih dari 18 tahun terjadi peningkatan proporsi obesitas dari 13,9% pada tahun 2007 menjadi 19,7 % pada tahun 2013. Sedangkan pada perempuan usia lebih dari 18 tahun terjadi peningkatan yang cukup signifikan dari 14,8% pada tahun 2007 menjadi 32,9 % pada tahun 2013. Proporsi obesitas sentral juga mengalami peningkatan dari 18,8% pada tahun 2007 menjadi 26,6% pada tahun 2013. Provinsi DKI Jakarta merupakan salah satu dari lima besar provinsi dengan prevalensi obesitas diatas nasional pada penduduk dewasa usia lebih dari 18 tahun.

Obesitas sentral dapat terjadi sebagai akibat dari akumulasi lemak visceral yang berlebihan. Akumulasi lemak visceral dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain seperti konsumsi makanan berlemak, alkohol, usia, jenis kelamin, penurunan aktivitas fisik, stres, genetik, dan juga hormonal. (Pradana, 2014, hlm. 2)

Lemak visceral yang berlebih memiliki hubungan dengan kelainan kardiovaskular dan metabolik termasuk resistensi insulin, inflamasi kronik derajat rendah, diabetes tipe 2, dislipidemia, sindrom polikistik ovarium (PCOS), hipogonadisme pada laki-laki, penyakit perlemakan hati non-alkoholik, hipertensi dan beberapa jenis kanker. (Borruel *et al.*, 2014, hlm. 2)

Ferrannini *et al.* (2008, hlm. B5) menyatakan bahwa dengan indeks massa tubuh (IMT) yang sama, perempuan memiliki lemak tubuh lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki. Walaupun demikian, di regio abdomen, lemak visceral relatif lebih banyak daripada jaringan lemak subkutan pada laki-laki. Lemak visceral, bukan lemak subkutan, meningkat lebih tajam seiring bertambahnya usia, baik pada perempuan ataupun laki-laki, peningkatan empat kali lipat terjadi pada rentang usia 25-65 tahun. Jia *et al.* (2003, hlm. 208) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang lemah antara usia dengan nilai lemak visceral. Pada penelitian yang dilakukan oleh Adityawarman (2007, hlm. 15) didapatkan hasil terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan persen lemak tubuh ( $p < 0,05$ ). Sementara dari hasil penelitian oleh Pradana (2014, hlm. 11) didapatkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan nilai lemak visceral ( $p > 0,05$ ).

Dari hasil penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya, masih didapatkan kesenjangan pada tolok ukur yang lebih baik digunakan untuk memperkirakan lemak visceral dan juga berbagai faktor yang mempengaruhi nilai lemak visreal. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui faktor yang berpengaruh terhadap nilai lemak visceral. Penelitian akan dilakukan pada pegawai Direktorat Bea dan Cukai Kantor Wilayah Jakarta. Hal ini dikarenakan penelitian mengenai nilai lemak visceral belum pernah dilakukan pada tempat ini. Aktivitas kerja subjek dengan jam kerja 8-10 jam yang lebih banyak duduk di dalam ruangan mendorong terjadinya gaya hidup sedentari yang dapat meningkatkan risiko terjadinya obesitas sentral (Inyang & Okey-Orji, 2015, hlm. 21). Menurut penelitian yang dilakukan Choi *et al.* (2010, hlm. 11) terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik yang rendah di tempat kerja dengan obesitas sentral dan total. Kemampuan secara finansial juga menjadi salah satu pendukung asupan makanan yang lebih besar dari pengeluaran energi saat melakukan aktivitas fisik yang dapat mempengaruhi penyimpanan lemak tubuh (Dewi & Mahmudiono, 2013, hlm. 43). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengambil sampel pada subjek tersebut dengan rentang usia 25-65 tahun.

## **I.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka permasalahan yang timbul adalah: Apa saja faktor yang berhubungan dengan nilai lemak visceral pada pegawai Direktorat Jenderal Bea dan Cukai Kantor Wilayah Jakarta Maret 2016?

## **I.3 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah:

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui faktor yang berhubungan dengan nilai lemak visceral pada pegawai Direktorat Bea dan Cukai Kantor Wilayah Jakarta bulan Maret tahun 2016.

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran karakteristik responden yang berupa pendidikan, pendapatan, Indeks Massa Tubuh (IMT), Lingkar Pinggang (LP), Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP), dan pola makan.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi usia pada pegawai Direktorat Jenderal Bea dan Cukai Kantor Wilayah Jakarta Maret 2016.
- c. Mengetahui distribusi frekuensi jenis kelamin pada pegawai Direktorat Jenderal Bea dan Cukai Kantor Wilayah Jakarta Maret 2016.
- d. Mengetahui distribusi frekuensi aktivitas fisik pada pegawai Direktorat Jenderal Bea dan Cukai Kantor Wilayah Jakarta Maret 2016.
- e. Menganalisis faktor yang berhubungan dengan nilai lemak pada pegawai Direktorat Bea dan Cukai Kantor Wilayah Jakarta Maret 2016.

## **I.4 Manfaat Penelitian**

Adapun yang menjadi manfaat dari penelitian ini adalah:

### **I.4.1 Manfaat Teoritis**

- a. Memberikan pengetahuan mengenai faktor yang berhubungan dengan nilai lemak visceral.

- b. Memberikan informasi mengenai manfaat dari memperkirakan nilai lemak viseral dan dampak dari akumulasi lemak viseral tubuh yang berlebih.

#### **I.4.2 Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Responden**

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran IMT dari masing-masing pegawai, sehingga dapat digunakan sebagai acuan untuk mengontrol berat badan.
- 2) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran pola makan dari masing-masing pegawai, sehingga dapat disarankan bagi para pegawai untuk mengubah pola makan menjadi lebih sehat agar tidak terjadi peningkatan nilai lemak viseral yang berbahaya bagi kesehatan.
- 3) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran aktivitas fisik dari masing-masing pegawai, sehingga dapat disarankan bagi para pegawai untuk melakukan aktivitas fisik minimal 150 menit per minggu dengan intensitas sedang (seperti berjalan kaki, bersepeda, tenis, dan sebagainya) untuk mengurangi risiko terjadinya akumulasi lemak viseral tubuh.

##### **b. Bagi Penulis**

- 1) Menambah pengetahuan di bidang kedokteran mengenai faktor yang berhubungan dengan nilai lemak viseral.
- 2) Sebagai bahan penelitian untuk melengkapi salah satu syarat mendapatkan gelar sarjana kedokteran.

##### **c. Institusi Peneliti**

Menambah literatur dan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa lain untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan nilai lemak viseral.

##### **d. Instansi**

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi Direktorat Jenderal Bea dan Cukai untuk meningkatkan kesadaran para

pegawainya mengenai kesehatan, terutama mengenai nilai lemak visceral yang berbahaya bagi tubuh. Sebagai implementasi peningkatan upaya kesehatannya, dapat dilakukan kegiatan seperti senam pagi minimal 3x per minggu dengan durasi 50 menit untuk memenuhi kebutuhan aktivitas fisik minimal para pegawai yang berdampak pada kesehatan jasmani pegawai.

- 2) Intansi juga dapat melakukan pemeriksaan status gizi dan nilai lemak visceral para pegawai setiap bulannya untuk pemantauan kesehatan jasmani pegawai.

