

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Pegawai yaitu seseorang yang digerakkan manajer secara langsung untuk menghasilkan karya-karya yang diharapkan perusahaan untuk mencapai tujuan perusahaan (Mukhlis 2012 hlm.5). Tugas-tugas pegawai dalam perkantoran yaitu meliputi pencatatan, pengolahan, *input* data, dan kegiatan komunikasi internal maupun eksternal (Zulkarnain & Sumarsono 2015, hlm.6). Lingkungan pekerjaan memengaruhi status gizi dan juga asupan makan (Davy *et.al* 2014). Pegawai yang memiliki status kesehatan kurang baik berdampak pada produktivitas menurun, biaya kesehatan, serta waktu kerja pegawai (Mitchell & Bates 2011, p. 93). Salah satu risiko seperti obesitas, diabetes, hipertensi dan kolesterol menyebabkan kerugian biaya kesehatan sekitar \$83,02 hingga \$103,39 atau setara dengan mata uang Indonesia yaitu sekitar satu juta rupiah (Henke *et.al* 2010, p. 519). Selain itu, tersebut memengaruhi kejadian penyakit tidak menular (PTM) sebesar 70% penyebab kematian pekerja (Afifah dkk. 2018). Faktor pemicu adanya penyakit degeneratif yaitu sindrom metabolik.

Sindrom metabolik menjadi salah satu masalah kesehatan terutama dibidang klinis meskipun bukan suatu penyakit. Prevalensi sindrom metabolik di dunia yaitu sekitar 20-25%, sedangkan di Indonesia sekitar 23,34% termasuk laki-laki (26,2%) dan perempuan (21,4%) (Driyah dkk. 2019, hlm. 216). Penelitian Soegondo dkk (2006) dalam Rachmah & Utari (2013) menunjukkan bahwa di wilayah DKI Jakarta tahun 2006 angka prevalensi sindrom metabolik telah mencapai 28,6%. Berdasarkan hasil penelitian Zahtamal dkk. (2014, hlm. 113) prevalensi sindrom metabolik pada pegawai perusahaan yaitu sebesar 21,58% dari total responden. Penelitian dengan responden laki-laki berstatus gizi obesitas pada salah satu perusahaan di Citeureup didiagnosis sindrom metabolik sebesar 49,15%. Sindrom metabolik memiliki kumpulan gejala yang dapat menimbulkan penyakit degeneratif

(Rini 2015, hlm. 88). Gejala sindrom metabolik meliputi peningkatan ukuran lingkaran pinggang, peningkatan kadar trigliserida darah, hipertensi, diabetes, dan kolesterol-HDL (*High Density Lipoprotein*) menurun (Kamsodkk. 2011, hlm.85). *World Health Organization* (WHO) dalam Rismayanthi dkk. (2019, hlm.34) menjelaskan bahwa seseorang dapat dinyatakan sindrom metabolik apabila mempunyai 3 dari 5 gejala.

Berdasarkan penelitian Kamsodkk. (2011, hlm.88), pada pegawai eksekutif di Jakarta dan sekitarnya yang menjadi determinan sindrom metabolik yaitu $IMT > 25 \text{ kg/m}^2$. Hasil penelitian Ranti dkk. (2013, hlm.132) pegawai yang mengalami obesitas sentral sebanyak 65 pegawai sedangkan yang normal sebanyak 31 pegawai. Data tersebut dianalisis bivariat pegawai obesitas sentral dengan sindrom metabolik sebesar 66,2%. Frekuensi kriteria sindrom metabolik dalam penelitian Zahtamal dkk. (2014, hlm.113) yang tertinggi yaitu obesitas sentral. Selain itu, distribusi frekuensi sindrom metabolik terbanyak pada kelompok pegawai yang mengonsumsi karbohidrat, lemak, dan protein tidak sesuai dengan diet dengan frekuensi berturut-turut yaitu 73,50%, 58,80%, dan 82,40%.

Hasil penelitian lain sebagian besar sindrom metabolik disebabkan oleh obesitas dan *intake* zat gizi makro. Asupan zat gizi makro dapat memengaruhi indeks massa tubuh (IMT) dikarenakan diet tinggi lemak meningkatkan obesitas. Selain itu, IMT terdapat hubungan dengan karbohidrat (Zahtamal dkk. 2014, hlm.118). Obesitas merupakan kondisi ketidakseimbangan antara *intake* dengan *uptake* energi ditandai indeks masa tubuh (IMT) diatas normal (Widiantini & Tafal 2014, hlm.330). Kondisi tingginya akumulasi pada jaringan lemak terutama pada lemak visceral ditandai dengan pembesaran sel-sel lemak sehingga memproduksi produk metabolik (Jafar 2012, hlm.72). Peningkatan metabolisme lemak mengakibatkan peningkatan produksi ROS di sirkulasi maupun adiposa sehingga terjadi ketidakseimbangan reduksi dan oksidasi (redoks) serta enzim antioksidan di sirkulasi terganggu (Jafar 2012, hlm.72). Hal tersebut menyebabkan enzim antioksidan menurun, keadaan ini disebut stress oksidatif (SO) (Rini 2015, hlm.90).

Kriteria sindrom metabolik menurut NCEP-ATP III yaitu kadar trigliserida $\geq 150 \text{ mg/dl}$, kadar kolesterol HDL laki-laki $< 40 \text{ mg/dl}$ wanita $< 50 \text{ mg/dl}$, kadar gula darah puasa $\geq 110 \text{ mg/dl}$, tekanan darah sistolik $> 130 \text{ mmHg}$ diastolik $> 80 \text{ mmHg}$,

obesitas sentral dengan lingkar pinggang wanita lebih dari 88 cm sedangkan laki-laki lebih dari 102 cm (Rini 2015, hlm.89). Rasio lingkar pinggang tersebut tidak valid jika digunakan untuk kawasan Asia sehingga disesuaikan menjadi lingkar pinggang wanita lebih dari 80 cm, dan laki-laki lebih dari 90 cm (Widyastuti dkk 2013, hlm.181).

Salah satu kantor yang memiliki aktivitas administrasi yaitu perusahaan batu bara yang bernama Perusahaan X terletak di Jakarta Utara. Setiap lantai kantor difasilitasi air minum, dan kopi seduh. Sebelum pegawai datang, setiap botol minum telah diisi oleh *office boy* dan diletakkan sesuai meja pegawai. Selain itu, pegawai memiliki cemilan pribadi di meja kerjanya, seperti kacang goreng, kerupuk, usus krispi, coklat bubuk, dan wafer. Pegawai disediakan makan siang dari perusahaan dengan menu yang berbeda dan sesuai standar. Setiap siang pegawai mendapatkan makan secara prasmanan, dan diberikan *food model* porsi makanan. Penerapan tersebut tidak diikuti oleh semua pegawai. Sebagian pegawai memilih beli makanan dari *food court mall* samping kantor seperti bakso, dan pecel ayam. Selain itu, terdapat beberapa pegawai yang membawa cemilan setelah istirahat seperti kopi *Starbucks*, *thai tea*, dan lainnya. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan asupan zat gizi makro dan status gizi (IMT) dengan sindrom metabolik pada pegawai perusahaan X.

I.2 Rumusan Masalah

Prevalensi sindrom metabolik di dunia yaitu sekitar 20-25%, sedangkan di Indonesia sekitar 23,34% (Driyah dkk. 2019, hlm.216). Berdasarkan hasil penelitian Zahtamal dkk. (2014, hlm.113) prevalensi sindrom metabolik pada pegawai perusahaan yaitu sebesar 21,58% dari total responden. Penelitian dengan responden laki-laki berstatus gizi obesitas pada salah satu perusahaan di Citeureup diagnosis sindrom metabolik sebesar 49,15%. Hasil penelitian lain sebagian besar sindrom metabolik disebabkan oleh obesitas dan *intake* zat gizi makro. Asupan zat gizi makro dapat memengaruhi IMT. Diet tinggi lemak meningkatkan obesitas dan indeks massa tubuh terdapat hubungan dengan karbohidrat (Zahtamal dkk. 2014, hlm.118).

Sebagian pegawai Perusahaan X terletak di Jakarta Utara memilih beli makanan dari *food court mall* samping kantor seperti bakso, dan pecel ayam. Selain itu, terdapat beberapa pegawai yang membawa cemilan setelah istirahat seperti kopi *Starbucks*, *thai tea*, dan lainnya. Berdasarkan permasalahan diatas, maka penelitian ini mengenai “Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi (IMT) dengan Sindrom Metabolik Pegawai Perusahaan X”.

Adapun pertanyaan dalam penelitian yaitu sebagai berikut:

- a. Bagaimana karakteristik mengenai usia, jenis kelamin, dan divisi responden perusahaan terkait?
- b. Bagaimana kondisi status gizi responden perusahaan terkait?
- c. Berapa jumlah asupan zat gizi makro dalam sehari masing-masing responden perusahaan terkait?
- d. Apakah responden memiliki riwayat penyakit yang termasuk karakteristik sindrom metabolik?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan asupan zat gizi makro dan status gizi (IMT) dengan sindrom metabolik pada pegawai Perusahaan X.

I.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui karakteristik berdasarkan jenis kelamin, usia, dan divisi responden perusahaan
- b. Menganalisis asupan zat gizi makro responden perusahaan
- c. Menganalisis status gizi responden perusahaan
- d. Mengetahui riwayat diagnosis sindrom metabolik melalui kriteria NCEP-ATP III
- e. Menganalisis hubungan asupan zat gizi makro dengan sindrom metabolik
- f. Menganalisis hubungan status gizi (IMT) dengan sindrom metabolik.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Bagi Responden

Diharapkan dapat memberikan informasi kesehatan terhadap responden serta dapat melakukan tindakan pencegahan sindrom metabolik sejak dini.

I.4.2 Manfaat Bagi Perusahaan X

Mengetahui kejadian sindrom metabolik, serta kejadian ini dapat dijadikan pertimbangan dalam pemilihan menu makan siang pegawai perusahaan. Selain itu, peneliti memberikan saran contoh menu makan siang untuk pegawai perusahaan.

I.4.3 Manfaat Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian diharapkan manfaat informasi hubungan asupan zat gizi makro dan status gizi dengan sindrom metabolik serta mendukung perkembangan ilmu pengetahuan