



GAMBARAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA MADRASAH ALIYAH

Zulda Biki, Misrawatie Goi, Novian S. Hadi*, Denny Indra Setiawan

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Kota Gorontalo, Indonesia

*e-mail: nieno.poenya@gmail.com

ABSTRACT

Obesity is a condition that occurs when there is excessive fat accumulation in the body. Obesity is also a risk factor for the emergence of various non-communicable diseases such as heart disease and stroke. This study aims to determine the description of the prevalence of obesity in Class X, XI, XII students at Madrasah Aliyah Monano. This research method uses a descriptive survey, namely a survey conducted to describe the variables studied. The population is 61 students, the sample is 61 students in class X, XI, and XII. STR by the Over Nutrition category, namely 23 respondents or 37.1%, followed by good nutrition, namely 22 people or 36.1% and finally obesity with a total of 16 respondents or 26.2%. The conclusion of this study is that respondents who have a prevalence of BMI/U Nutritional Status are dominated by the Over Nutrition category, namely 23 respondents or 37.1%, followed by good nutrition, namely 22 people or 36.1% and finally obesity with a total of 16 respondents or 26.2%.

Keywords: obesity; nutritional status; adolescents

ABSTRAK

Obesitas adalah keadaan yang terjadi ketika adanya penumpukan lemak yang berlebihan di dalam tubuh. Obesitas juga menjadi salah satu faktor risiko munculnya berbagai penyakit tidak menular seperti jantung dan stroke. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran prevalensi Obesitas Pada Siswa Kelas X, XI, XII di Madrasah Aliyah Monano. Metode penelitian ini menggunakan survey deskriptif, yaitu survey yang dilakukan untuk menggambarkan variable yang diteliti. Populasi sebanyak 61 siswa, sampel 61 Siswa kelas X, XI, dan XII. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki prevalensi Status Gizi IMT/U didominasi oleh kategori Gizi Lebih yaitu 23 responden atau 37,1%, diikuti oleh gizi baik yaitu 22 orang atau 36,1% dan terakhir obesitas dengan jumlah 16 responden atau 26,2%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah responden yang memiliki prevalensi Status Gizi IMT/U didominasi oleh kategori Gizi Lebih yaitu 23 responden atau 37,1%, diikuti oleh gizi baik yaitu 22 orang atau 36,1% dan terakhir obesitas dengan jumlah 16 responden atau 26,2%.

Kata Kunci: obesitas; status gizi; remaja

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO, 2014) secara umum kegemukan dan obesitas adalah suatu kondisi abnormal yang ditandai oleh peningkatan lemak tubuh berlebihan, umumnya ditimbun di jaringan subkutan, sekitar organ, dan kadang terinfiltrasi ke dalam organ. Akumulasi lemak tubuh yang berlebihan dapat mengakibatkan berbagai gangguan kesehatan. Pada data Riskesdas tahun 2007 menyebutkan bahwa prevalensi obesitas pada penduduk berusia ≥ 15 tahun 10,3% dan Provinsi Gorontalo menempati 15 besar tertinggi diantara 14 provinsi lainnya (Badan Penelitian Pengembangan, 2007). Menurut data Riskesdas tahun 2013, prevalensi gemuk pada remaja umur 16-18 tahun di Indonesia sebanyak 7,3% yang terdiri dari 5,7% Gemuk dan 1,6% Obesitas. Provinsi Gorontalo menempati urutan 15 besar prevalensi sangat gemuk dan diatas prevalensi nasional, melewati Yogyakarta, Bali, Kalimantan Timur, Sulawesi Utara, dan DKI Jakarta (Badan Penelitian Pengembangan, 2013). Sedangkan pada data Riskesdas tahun 2018 data obesitas sentral pada remaja usia ≥ 15 tahun sebanyak 31% (Badan Penelitian Pengembangan, 2018). Ini berarti Secara keseluruhan obesitas di Indonesia pernah mengalami penurunan antara tahun



2007 hingga 2013, dan mengalami kenaikan secara drastis pada tahun 2018. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui prevalensi kejadian obesitas pada remaja siswa sekolah Madrasah Aliyah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian survei deskriptif yaitu melihat prevalensi obesitas pada siswa di Madrasah Aliyah Monano, Kabupaten Gorontalo Utara, Provinsi Gorontalo. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa kelas X, XI, dan XII sejumlah 61 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data distribusi responden menunjukkan bahwa responden perempuan lebih banyak yaitu 54,1% dibanding responden laki-laki yang dengan persentasi 45,9%. Prevalensi responden didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugiatmi pada tahun 2018 dengan karakteristik responden yang sama yaitu siswa Sekolah Menengah Atas (Sugiatmi & Handayani, 2018). Responden berjenis kelamin perempuan akan lebih rentan mengalami obesitas apabila ditambah dengan beberapa faktor diantaranya adalah uang jajan yang lebih banyak, tinggal di perkotaan, beraktifitas fisik ringan, serta sering mengkonsumsi makanan dan minuman yang manis (Diana et al., 2013)

Tabel 1. Karakteristik dan Status Gizi Remaja Subjek Penelitian

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	28	45,9
Perempuan	33	54,1
Umur (tahun)		
15 tahun	7	11,5
16 tahun	21	34,4
17 tahun	31	50,8
18 tahun	2	3,3
Status gizi (IMT/U)		
Gizi kurang	0	0,0
Gizi baik	22	36,1
Gizi lebih	23	37,7
Obesitas	16	26,2

Data distribusi responden menurut usia menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 17 tahun dengan persentase 50,8% dan diikuti dengan usia 16 tahun yaitu memiliki persentase 34,4%, sedangkan responden paling sedikit yaitu berusia 15 tahun dengan prevalensi 11,5% dan 18 tahun dengan persentase 3,3%. Prevalensi responden didominasi oleh responden dengan usia 16 sampai 17 tahun sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugiatmi pada tahun 2018 dengan karakteristik responden yang sama yaitu siswa Sekolah Menengah Atas, pada hasil yang didapati responden yang mengalami keadaan gizi lebih atau obesitas didominasi pula oleh usia 16 sampai 17 tahun sedangkan yang paling rendah prevalensi obesitasnya yaitu usia 18 tahun, hasil ini diyakini dipengaruhi oleh faktor kebiasaan konsumsi fast food dan aktifitas fisik yang kurang (Sugiatmi & Handayani, 2018).



Beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi responden yaitu siswa yang melakukan aktivitas fisik kurang. Ada banyak hal yang menyebabkan siswa kurang melakukan aktivitas fisik. Salah satunya dikarenakan rata-rata siswa lebih memilih diantar jemput oleh orang tuanya menggunakan kendaraan dibanding berjalan kaki yang lebih banyak menggunakan energi. Hal tersebut disebabkan jarak tempuh dari rumah ke sekolah yang cukup menghabiskan waktu jika dilakukan dengan berjalan kaki, sehingga siswa memilih menggunakan alat transportasi. Rendahnya aktivitas fisik seperti berjalan kaki tersebut menyebabkan asupan energi yang dihasilkan tidak banyak digunakan sehingga sebagian besar tersimpan sebagai lemak tubuh (Sugiatmi & Handayani, 2018)

SIMPULAN

Responden dari siswa di Madrasah Aliyah Monano didominasi oleh siswa perempuan yaitu 54,1% dibanding responden laki-laki yang dengan persentase 45,9%. Responden didominasi oleh siswa yang berusia 17 tahun dengan persentase 50,8% dan diikuti dengan usia 16 tahun yaitu memiliki persentase 34,4%, sedangkan responden paling sedikit yaitu berusia 15 tahun dengan prevalensi 11,5% dan 18 tahun dengan persentase 3,3%. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki prevalensi Status Gizi IMT/U didominasi oleh kategori Gizi Lebih yaitu 23 responden atau 37,1%, diikuti oleh gizi baik yaitu 22 orang atau 36,1% dan terakhir obesitas dengan jumlah 16 responden atau 26,2%.

DAFTAR REFERENSI

- Diana, R., Yuliana, I., Yasmin, G., & Hardinsyah, D. Faktor Risiko Kegemukan pada Wanita dewasa Indonesia (Risk Factors of Overweight among Indonesian Women). *Jurnal Gizi Dan Pangan*. 2013. 8(1): 1–8. Retrieved from <http://jesl.journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/viewFile/7226/5647>
- Dinas Kesehatan. Provil Kesehatan Provinsi Gorontalo. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53). 2016. Kota Gorontalo.
- Hizni, A., Adi, A., Wijayanti, A., Ahmad, A., Bakri, B., Riyadi, B., Sukandar, D. (2017). *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi* (1st ed.; Hardiansyah & I. D. N. Supariasa, Eds.). Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Husnah. Tatalaksana Obesitas. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*. 2012. 12(2), 99–104.
- Kasim, S., Arief, M., Sulaeman, A., & Widodo, J. Hubungan Obesitas dan Hipertrigliseridemia dengan Risiko Perlemakan Hati pada Pasien di Makassar. *Farmasi Klinik Indonesia*, 2012. 1(4), 145.
- Kemenkes RI. Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia. Jakarta, (mL), 5–10. 2013.
- Kementerian Kesehatan. Standar Antropometri Anak. Jakarta. 2020.
- Kementrian Kesehatan. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak, p. 40. Jakarta. 2010.
- Kosnayani, A., & Aisyah, I. Faktor risiko yang berhubungan dengan obesitas remaja. *Siliwangi*, 2(2), 128. 2016.
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N., Siwi, L., Adityanti, M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Gizi Klinik Indonesia*. 2015. 11(4), 189.
- Kussoy, K., Fatimawali, & Kepel, B. Prevalensi Obesitas Pada Remaja Di Kabupaten Minahasa. *Jurnal E-Biomedik*. 2013. 1(2).
- Noer, E. R., Kustanti, E. R., & Fitriyanti, A. R. Perilaku gizi dan faktor psikososial



- remaja obes. Jurnal Gizi Indonesia. 2018. 6(2), 109.
- Notoatmodjo, S. Metodologi Penelitian Kesehatan (2nd ed.). Jakarta: PT Rineka Cipta. 2012.
- Praditasari, J., & Surmami, S. Asupan Lemak, Aktivitas Fisik Dan Kegemukan Pada Remaja Putri Di Smp Bina Insani Surabaya. Media Gizi Indonesia. 2018. 13(2), 120.
- Rohkuswara, T., & Syarif, S. Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi Derajat 1 di Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) Kantor Kesehatan Pelabuhan Bandung Tahun 2016. Epidemiologi Kesehatan Indonesia. 2017. 1(2), 17.
- Saputro, Z. khamim. Aplikasi: Jurnal aplikasi ilmu-ilmu agama (memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja). Jurnal Aplikasi Ilmu Agama. 2017. Volume 17(No 1), 25–32.
- Septiani, R., & Raharjo, B. Pola Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik dan Faktor Keturunan Terhadap Kejadian Obesitas (Studi Kasus pada Siswa SD Negeri 01 Tonjong Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes). Public Health Perspective Journal. 2018. 2(3), 262–269.
- Sofa, I. M. Kejadian Obesitas , Obesitas Sentral , dan Kelebihan Lemak Viseral pada Lansia Wanita The Incidence of Obesity , Central Obesity , and Excessive Visceral Fat among Elderly Women. Amerta Nutr. 2018. 228–236.
- Suastika, K. Update in The Management of Obesity. Acta Med Indonesia. 2006. 38(4), 231–237.
- Sugiatmi, S., & Handayani, D. R. Faktor Dominan Obesitas pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Tangerang Selatan Indonesia. Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan. 2018. 14(1), 1.
- Sugiyono. Memahami Penelitian Kualitatif (11th ed.). Bandung: Alfabeta, CV. 2015.
- Sutrio. Hubungan Asupan Energi, Pengetahuan Gizi dan Aktivitas Fisik terhadap Status gizi Siswa Sekolah Menengah Atas Global Madani Kota Bandar Lampung tahun 2016. Jurnal Kesehatan Holistik. 2017. 11(1), 23–33.