

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi antara masa anak-anak ke masa dewasa, dimana dalam masa remaja terjadi perubahan, baik psikologi atau fisik. Diantara perubahan fisik itu, yang terbesar pengaruhnya ada pada perkembangan tubuh (Irawan, Hidayati, 2009). Salah satu contoh perubahan fisik remaja yang terjadi yaitu pertumbuhan tubuh dan tinggi tubuh. Dalam proses pematangan fisik, juga terjadi perubahan komposisi tubuh (Hurlock 2004, dalam Galih Tri Utomo.,2012).

Status gizi lebih, berupa *overweight* dan obesitas, yang dialami remaja memiliki manifestasi klinis di masa dewasa nantinya. Menurut WHO (2011), remaja yang *overweight* dan obesitas, akan beresiko besar terkena penyakit kardiovaskuler yang berpotensi menjadi penyakit penyakit degeneratif seperti penyakit jantung koroner, diabetes mellitus, stroke, serta kanker. WHO mencatat sekitar 17 juta orang meninggal akibat penyakit kardiovaskular dan 32 juta orang mengalami serangan jantung dan stroke setiap tahunnya. Sekitar 50% remaja obes dengan IMT lebih dari 95 persentil menjadi dewasa obes (Moreno *et al.*, 2007)

Beberapa studi telah dilakukan untuk mengetahui status gizi remaja. Studi AVENA pada remaja Spanyol menyebutkan bahwa prevalensi *overweight* dan obesitas mengalami peningkatan dari 0,88% (1985-1995) menjadi 2,33%

per tahun (1995-3002) pada remaja putra dan 0,5% (1985-1995) menjadi 1,83% per tahun (1995-2002) pada remaja putri (Moreno *et al.*,2007). Penelitian di Amerika menunjukkan bahwa prevalensi *overweight* pada usia 12-19 tahun sebesar 34,2% sedangkan prevalensi obesitas sebesar 12,5% pada tahun 2007-2008 (Ogden *et al.*, 2010). Ditahun 2009, prevalensi *overweight* anak usia sekolah di Filipina sebesar 18,7% dan yang obesitas sebesar 8,7% (Squarez, *et al.*,2009).

Di Indonesia, berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2010, status gizi pada remaja didominasi dengan masalah obesitas. Angka obesitas lebih tinggi pada remaja putri daripada pria dan lebih banyak terjadi di wilayah perkotaan. Jumlah remaja berusia antara 15-18 tahun yang mengalami obesitas berdasar jenis kelamin laki-laki sebesar 7,8% sedangkan perempuan sebesar 15,5%. Berdasarkan prevalensi obesitas di Jawa Timur menurut presentase penduduk usia 15 tahun keatas yang mengalami obesitas sebesar 7,7%, sedangkan menurut jenis kelamin angka laki-laki lebih rendah dibandingkan dengan perempuan masing- masing 7,4% dan 14,5% (Riskedas,2010).

Di Kota Malang prevalensi obesitas dari hasil riskedas 2007, prevalensi berat badan lebih dan obesitas yaitu 8,3% dan 8,5%. Hal ini menunjukkan bahwa obesitas perlu mendapat perhatian karena hampir 70% remaja yang obesitas akan tetap obese pada saat dewasa.

Menurut (Papalia Olds Feldma dan Rice,2000 dalam Galih Tri Utomo.,2012) Ada tiga faktor yang mempunyai peranan yang cukup besar

dalam meningkatkan risiko kegemukan dan obesitas pada remaja, yakni faktor genetik (keturunan), pola makan (kebiasaan makan), dan pola aktivitas. Salah satunya adalah pola makan (kebiasaan makan) atau jenis makanan yang dikonsumsi. Sehingga obesitas dapat terjadi pada siapa saja, baik balita maupun orang dewasa.

Era globalisasi dan urbanisasi mengakibatkan pergeseran dari makanan tradisional yang sehat dan mengandung serat tinggi, rendah kalori, menuju makanan yang padat kalori, dan gula yang tinggi sehingga meningkatkan kejadian obesitas (WHO, 2011). Makanan yang sering dikonsumsi berlebih seperti makanan tinggi sukrosa termasuk kedalam golongan karbohidrat sederhana yang dapat menyebabkan karies gigi dan kegemukan (Carley, A. *Et al.*, 2013). Menurut WHO, untuk memelihara kesehatan dianjurkan 55 – 75% konsumsi energi total berasal dari karbohidrat kompleks dan paling banyak hanya 10% berasal dari gula sederhana.

Berdasarkan penelitian pendahuluan yang dilakukan di tiga SMA di Kota Malang yang aktif melakukan screening terhadap Berat Badan dan Tinggi Badan siswanya yaitu SMA 3, SMA 5, dan MAN 3 didapatkan bahwa prevalensi overweight dan obesitas di SMA Negeri 3 Malang sebesar 10 % sedangkan SMA 5 sebesar 21% dan di MAN 3 Malang sebesar 15%.

Berbagai penelitian mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara asupan energi dengan kejadian obesitas. Para peneliti dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia membuktikan adanya hubungan yang bermakna antara asupan kalori, karbohidrat, protein, lemak dan pola makan lemak dengan



prevalensi obesitas. Hasil penelitian tersebut menunjukkan rata-rata asupan kalori kelompok obesitas lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok tidak obesitas (Yussac *et al*, 2007).

Penelitian Elisa Rompas 2012, menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara asupan karbohidrat dengan obesitas dengan nilai  $p = 0,01$ . Hasil analisis multivariat memperlihatkan bahwa asupan karbohidrat merupakan variabel yang paling dominan terhadap kejadian obesitas pada remaja di SMP Kristen Eben Haezar 2 Manado.

Peneliti memilih Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 3 Malang sebagai lokasi penelitian karena berdasarkan observasi lapangan bahwa sebagian besar masyarakat kota Malang beranggapan bahwa SMA Negeri 3 Malang merupakan salah satu SMA Negeri yang terfavorit di kota Malang. Dengan asumsi bahwa SMA Negeri 3 Kota Malang menampung siswa dari berbagai kalangan ekonomi yang berdasarkan literatur cukup berpengaruh pada pola asupan makan terhadap obesitas pada remaja.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti dan mempelajari mengenai Hubungan asupan sukrosa dengan status gizi pada remaja putri overweight dan obesitas di SMA Negeri 3 Malang Kota Malang Provinsi Jawa Timur.

## 1.2 Perumusan Masalah

Apakah ada hubungan asupan sukrosa dengan status gizi pada remaja putri overweight dan obesitas di SMA Negeri 3 Kota Malang Provinsi Jawa Timur.

### 1.3 Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan sukrosa dengan status gizi pada remaja putri dengan status gizi lebih di SMA Negeri 3 Malang Kota Malang Provinsi Jawa Timur.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui asupan sukrosa pada remaja putri overweight dan obesitas di SMA Negeri 3 Kota Malang Provinsi Jawa Timur.
- b. Mengetahui proporsi overweight dan obesitas pada remaja putri dengan status gizi lebih di SMA Negeri 3 Kota Malang
- c. Mengetahui frekuensi makanan yang dikonsumsi pada remaja putri dengan status gizi lebih di SMA Negeri 3 Kota Malang Provinsi Jawa Timur
- d. Menganalisis hubungan asupan sukrosa dengan status gizi (IMT/U) pada remaja putri dengan di SMA Negeri 3 Kota Malang Provinsi Jawa Timur.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Manfaat Akademis

##### 1. Bagi Peneliti

Dapat mengkaji hubungan asupan sukrosa dengan status gizi pada remaja putri dengan status gizi lebih di SMA Negeri 3 Kota Malang Provinsi Jawa Timur sehingga dapat digunakan sebagai sumber informasi untuk disampaikan kepada masyarakat

## 2. Bagi Institusi

Dapat mengetahui hubungan asupan sukrosa dengan kejadian gizi lebih pada remaja putri dengan status gizi lebih di SMA Negeri 3 Kota Malang Provinsi Jawa Timur sehingga dapat digunakan sebagai sumber dalam penentuan kebijakan mengenai asupan sukrosa terhadap gizi lebih remaja putri

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Bagi Masyarakat

Dapat mengetahui hubungan asupan sukrosa dengan status gizi pada remaja putri dengan status gizi lebih di SMA Negeri 3 Malang Kota Malang Provinsi Jawa Timur sehingga dapat digunakan sebagai bahwa informasi yang bermanfaat terkait obesitas remaja putri.