

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas merupakan suatu kelainan atau penyakit yang ditandai oleh penimbunan jaringan lemak dalam tubuh secara berlebihan. Obesitas terjadi itu karena adanya ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar. Obesitas menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian khusus, hal ini dikarenakan obesitas berada di peringkat ke 5 yang menjadi penyebab kematian didunia, tidak kurang dari 2,8 juta orang yang meninggal akibat obesitas disetiap tahunnya. Prevalensi obesitas terus mengalami peningkatan, pada tahun 1975 prevalensi obesitas pada anak dan remaja usia 5-19 tahun sebesar 4% sedangkan pada tahun 2016 meningkat hingga 18% (WHO,2020).

Penelitian yang dilakukan mengenai Obesitas di Dunia dari tahun 1980 hingga 2013 menunjukkan penderita obesitas yang tertinggi yaitu di Uruguay (18,1%), Costa Rica (12,4%), Chili (11,9%) dan Meksiko (10,5%). Penelitian ini juga menjelaskan bahwa lebih dari 50% dari 671.000.000 penderita obesitas di dunia di antaranya negara Amerika Serikat, Cina, India, Rusia, Myanmar, Meksiko, Mesir, Jerman, Pakistan, dan Indonesia (Hong et al,2018).

. Menurut Badan Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO), dari 1999 hingga 2008, kurangnya mengkonsumsi konsumsi buah. Dimana

banyak mengonsumsi makanan cepat saji dari 26,61 menjadi 32,76 per kapita .Peningkatan tertinggi terjadi di Kanada (16,6), Australia (14,7), Myanmar (12,3), dan Selandia Baru (10,1), sedangkan peningkatan terendah terjadi di Italia (1,5), Yunani (1,9), Belanda (1,8) , dan Belgia (Fatmawati et al, 2020).

Myanmar adalah negara terbesar di daratan Asia Tenggara, dan total populasinya sebanyak 67,8 juta pada tahun 2016 Orang Myanmar terdiri dari lebih dari 130 kelompok etnis dengan 10 kelompok utama Berat badan kurang dan kelebihan berat badan. Myanmar memiliki prevalensi kurang gizi dan kurangnya aktivitas fisik pada Remaja. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang mendorong beban berat badan kurang dan obesitas ganda di Myanmar agar dapat merancang intervensi kesehatan dengan lebih baik (Hong et al,2018).

Menurut Badan Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) 2016 menerangkan bahwa Myanmar lebih tinggi faktor risiko dengan kurang dalam melakukan aktivitas fisik dan mengonsumsi buah dengan prevalensi pada variabel bebas kurang aktivitas fisik sebesar (69,8%),dan kurang mengonsumsi buah sebesar (71,4) sedangkan pada negara Filipina yang kurang aktivitas fisik sebesar (9,5%), kurang mengonsumsi buah (7,8%), Laos kurang aktivitas fisik (2,3%), kurang mengonsumsi buah (6%) dan pada Indonesia itu kurang melakukan aktivitas fisik sebesar (44,2%) dan kurang mengonsumsi buah (9,1%) (WHO, 2016).

Global School – Based Student Health Survei (GSHS) merupakan survei yang berbasis sekolah yang menggunakan kuesioner yang dikelola sendiri untuk mendapatkan data tentang perilaku kesehatan remaja dimana itu dilakukan pada kelompok usia 11-18 tahun yang dikembangkan langsung oleh WHO. Berdasarkan data dari GSHS telah menunjukkan prevalensi remaja yang Tidak mengkonsumsi buah itu 89% dan remaja yang kurang melakukan aktivitas fisik sebesar 69,8% (WHO, 2016).

Mengkonsumsi sayur dan buah merupakan salah satu syarat dalam memenuhi menu gizi seimbang. Kurang dalam mengonsumsi buah dan sayur dapat mengakibatkan tubuh mengalami kekurangan zat gizi seperti vitamin, mineral, dan serat sehingga dapat menimbulkan terjadinya berbagai penyakit (Seki & Fayasari, 2019).

Rata-rata porsi harian buah per hari adalah 3,2, jauh di bawah target lima porsi sehari yang direkomendasikan. Remaja India dan Myanmar memiliki yang paling tidak mencukupi. Dalam hal rata-rata porsi harian buah, Remaja di Thailand memiliki konsumsi tertinggi (3,7), diikuti oleh Remaja Indonesia (3,2) dan Sri Lanka (3,1), dan konsumsi terendah di antara Myanmar sebesar (2,9). (Peltzer, 2016)

Di seluruh dunia, banyak penelitian menunjukkan hubungan positif antara peningkatan antara kekurangan aktivitas fisik dan kelebihan berat badan/obesitas. Di Amerika Serikat dan Australia, ditemukan bahwa orang yang kurang untuk melakukan aktivitas fisik lebih tinggi mengalami kelebihan

berat badan/obesitas. Sebuah studi dari Bangladesh menemukan bahwa kurangnya aktivitas fisik Seperti Olahraga, dengan nilai p Value 0,023 terdapat 33% Remaja yang masih kurang dalam melakukan Aktivitas Fisik (setidaknya sekali seminggu) dikaitkan dengan obesitas di antara Remaja usia 11-18 tahun, dan, asosiasi ini sudah dieksplorasi di negara Asia Selatan dan Tenggara lainnya termasuk Myanmar (Das Gupta et al,2019).

Berdasarkan Penelitian Sebelumnya bahwa ditemukan ada Hubungan dengan berkurangnya mengkonsumsi buah terhadap kejadian obesitas yang dilakukan oleh WHO terhadap Negara yang ada Asia Tenggara dimana salah satunya Myanmar dengan nilai p Value 0,026 Terdapat 35% Remaja masih Kurang dalam mengkonsumsi Buah dan mengalami Obesitas (Darfour-Oduro et al, 2018).

Remaja, antara usia 11-18 tahun umumnya tidak melakukan setidaknya 60 menit Aktivitas Fisik setiap hari. Selain itu, penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa aktivitas fisik menurun selama masa remaja, karena Remaja itu masih Mencari Jati Diri dan sangat mudah dipengaruhi oleh orang lain maupun Perubahan dari Zaman ke Zaman sehingga pola makan yang tidak terkontrol, kemajuan teknologi yang membantu meringankan kerja manusia, menyebabkan terjadinya aktivitas kurang gerak hal ini ternyata berakibat pada penyakit kegemukan/Obesitas (Darfour-Oduro et al, 2018).

Berdasarkan Uraian di Atas, peneliti tertarik untuk mengetahui Risiko Kurangnya Aktivitas Fisik Dan Mengonsumsi Buah Terhadap Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Myanmar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Bagaimana Hubungan Risiko Kurangnya Aktivitas Fisik dan mengonsumsi Buah terhadap kejadian Obesitas pada Remaja di Myanmar”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Risiko Kurangnya Aktivitas Fisik dan Mengonsumsi Buah terhadap kejadian Obesitas pada Remaja di Myanmar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Frekuensi Kurangnya Aktivitas Fisik pada Remaja terhadap Kejadian Obesitas di Myanmar
- b. Mengetahui Frekuensi Kurangnya mengonsumsi Buah Pada Remaja terhadap Kejadian Obesitas di Myanmar
- c. Mengetahui Frekuensi Obesitas di Myanmar
- d. Menganalisis Hubungan Kurangnya Aktivitas Fisik terhadap kejadian Obesitas pada Remaja di Myanmar

- e. Menganalisis Hubungan Kurangnya Mengonsumsi Buah terhadap Obesitas pada Remaja di Myanmar

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja

Penelitian ini dapat di jadikan sebagai bahan informasi dimana kedepannya dapat memberikan pengetahuan kepada Remaja di Myanmar khususnya dengan tujuan agar tidak terjadinya Obesitas

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mengenai risiko kurangnya aktivitas fisik dan mengonsumsi buah terhadap kejadian obesitas pada remaja di myanmar, Serta dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan untuk penelitian selanjutnya.

3. Manfaat Bagi Peneliti

- a. Merupakan suatu pengalaman yang sangat berharga bagi peneliti dalam pengembangan wawasan ilmu pengetahuan khususnya dan penelitian ini sebagai keperluan tugas akhir yaitu informasi tentang kurangnya aktivitas fisik dan mengonsumsi buah terhadap kejadian obesitas pada remaja di myanmar.

- b. Dapat dijadikan informasi dan sumber penelitian lanjutan bagi Mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

E. Keaslian Penelitian

Table 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Penulis	Judul Penelitian	Variabel Penelitian	Subjek Penelitian	Desain Penelitian
1	Darfour-Odoro, Buchner, D.M. Andrade, J.E & Grigsby, 2018	A Comparative Study Of Fruit And Vegetable Consumption And Physical Activity Among Adolescents In 49 Low And Middle Income Countries	<ul style="list-style-type: none"> - Variabel Dependent Penyakit Kronis - Variabel Independen yaitu Konsumsi Sayur, Buah dan Aktivitas Fisik 	Remaja yang ada di Negara Berpenghasilan Rendah/Menengah dengan Sistematis Purposive Sampling	Penelitian Analitik Dengan Pendekatan Crosssectional
2	Fatmawati, Andreas Wisnu Pradhan, Firtia Ayu Arini, 2020	Hubungan antara konsumsi makanan cepat dan kegiatan Fisik dengan kejadian Overweight disekolah Anak Tua di Cakung Payangan Bekasi Tahun 2020	<ul style="list-style-type: none"> - Variabel Dependent Obesitas - Variabel Independen Konsumsi Makanan Cepat dan Kegiatan Fisik 	Siswa/i Berusia 6-12 Tahun di Sekolah Anak Tua Cakung Payangan Bekasi dengan teknik Random Sampling	Penelitian Observasional dengan Rancangan Crosssectional
3	Das Gupta, R. Sajal.	Frequency of Physical Activity and	<ul style="list-style-type: none"> - Variabel Dependent 	Remaja Berusia 8-14 Tahun di Negara Myanmar	Penelitian Observasional dengan

	I.H.Hasan, M, Sutradhar, I. Haldar.M .R & Sarkel M 2019	association with overweight and obesity of the reproductive age group in Myanmar:	Obesitas - Variabel Independen Aktivitas Fisik	dengan Sistem Random Sampling	pendekatan Crossectional
4	Hong. S.A. Peltzer, K.Lwin. K.T & Aung L.S. 2018	The prevalence of underweight, overweight and obesity and their related socio-demographic and lifestyle factors among in Myanmar,	- Variabel Dependence Obesitas - Variabel Independen Kekurangan Gizi, Kurangnya Aktivitas fisik dan Daerah Tempat Tinggal	Remaja di Negara Myanmar dengan Sistem Random Sampling	Penelitian Observasional dengan Pendekatan Crossectional
5	Peltzer, 2016	Fruits and vegetables consumption and associated factors among in-school adolescents in five Southeast Asian countries.	- Variabel Dependence Obesitas - Variabel Independen Konsumsi Buah dan sayur	Remaja Sekolah di 5 Negara Asia Tenggara dengan Sistem Random Sampling	Data Sekunder di analisis daei GSHS 5 Negara Asia Tenggara dengan pendekatan Crossectional
			-		
6	Sekti. R.M & Fayari A. 2019	Edukasi Gizi Dengan Media Audiovisual Terhadap Pola	- Variabel Dependence Penyakit Tidak Menular	Remaja SMP Jakarta Timur sebanyak 72 Subjek dengan Teknik Puposive Sampling	Penelitian Eksperimental Semu dengan pendekatan rancangan

Berdasarkan keaslian penelitian di atas bahwasannya banyak perbedaan yang terdapat pada penelitian yang sedang dilakukan dari judul terdapat perbedaan ada jurnal yang dimana variabel bebasnya itu secara umum dan tidak berfokus pada satu variabel, responden pun berbeda terkhusus pada keaslian penelitian nomor tiga dan empat dimana itu merupakan negara yang sama untuk penelitian sekarang yang akan di laksanakan, pada penelitian tersebut dapat dilihat dari perbedaan judul, dimana ada penelitian yang judulnya itu untuk mengetahui faktor risiko penyakit tidak menular yang berkaitan dengan konsumsi buah-buahan dan sayur-sayuran serta ada judulnya untuk mengetahui sosiodemografi dimana dalam penelitian tersebut hanya untuk pada usia, pendidikan dan status ekonomi, sedangkan untuk respondennya itu berbeda di mana ada yang hanya wanita pada usia 18-49 tahun, dan ada yang respondennya pria dan wanita dengan usia 25-74 tahun sehingga untuk penelitian yang akan di laksanakan itu variabelnya hanya berfokus pada penyakit obesitas dengan mengetahui faktor perilaku kurangnya aktivitas fisik dan mengkonsumsi buah pada remaja yang usia 11-18 tahun.