

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas didefinisikan sebagai penumpukan lemak yang tidak normal yang menimbulkan risiko bagi kesehatan. (Wulandari et al., 2016). Obesitas dikalangan remaja menjadi masalah kesehatan global, khususnya di negara-negara berpenghasilan tinggi dimana lebih dari 20% anak-anak atau remaja mengalami obesitas. Prevalensi obesitas pada remaja meningkat setidaknya 4 kali lipat sejak 1985 yaitu sebesar 6,8% di seluruh dunia. (Cardel et al., 2020)

Berdasarkan survey FNRI (*Food and Nutrition Research Institute*) sekitar 1 dari 5 remaja di Filipina menderita kelebihan berat badan atau obesitas secara nasional prevalensinya adalah sebesar 11,6%. (Institute & Technology, 2019)

Filipina berada di urutan kelima di Asia Tenggara dengan penderita obesitas terbanyak sebesar 6,4 % dari total penduduknya, sedangkan negara tetangga yaitu Indonesia berada di atasnya dengan urutan ke empat dengan 6,9 %, dan Malaysia di urutan pertama yaitu sebesar 15,6 %. (United Nations, 2019)

Empat dari sepuluh penyebab utama kematian di kalangan remaja dan orang dewasa di Filipina adalah penyakit tidak menular atau NCD (*Non-Communicable Disease*), dan

sebagian besar disebabkan oleh perilaku berisiko kesehatan yaitu tidak melakukan aktivitas fisik. Tingkat aktivitas fisik pada anak-anak dan remaja di Filipina menunjukkan bahwa 51% remaja berusia 14-16 tahun tidak berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang giat dan lebih banyak menghabiskan waktu dengan alat elektronik seperti handphone dan televisi dan kebiasaan ini bertambah buruk ketika mencapai usia dewasa. (Marques et al., 2020)

Aktivitas fisik (*Physical Activity*) merupakan perilaku kesehatan yang penting. Di kalangan anak-anak dan remaja, aktivitas fisik memiliki dampak signifikan pada kesehatan kardiovaskular (jantung), tulang, metabolisme tubuh, meningkatkan kebugaran tubuh, status berat badan, dan pola tidur (Evenson et al., 2019). Manfaat aktivitas fisik sendiri bisa didapat selama masa remaja hingga beranjak dewasa. Untuk mencapai manfaat ini, remaja disarankan untuk melakukan aktivitas fisik dalam intensitas sedang hingga tinggi setidaknya 60 menit setiap hari agar terhindar dari menderita obesitas. (Guthold et al., 2020)

Berdasarkan *World Health Organization (WHO) Global School-Based Student Health Survey (GSHS)* merupakan proyek pengawasan kolaboratif yang dirancang untuk membantu negara mengukur dan menilai faktor risiko perilaku

dan faktor pelindung di 10 bidang utama di antara kaum muda berusia 13 hingga 17 tahun dan survei berbasis sekolah dengan biaya yang relatif rendah dengan menggunakan kuesioner yang dikelola sendiri untuk memperoleh data tentang perilaku kesehatan remaja dan faktor pelindung yang terkait dengan penyebab utama morbiditas dan mortalitas di antara anak-anak dan orang dewasa di seluruh dunia (WHO, 2020)

Dari fakta-fakta dan data tersebut maka peneliti ingin mengetahui mengapa banyak orang terkhususnya para remaja yang sangat enggan untuk melakukan aktivitas fisik dan bertambah buruk ketika mencapai usia dewasa khususnya di Negara Filipina.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan analisis “Bagaimana keterkaitan antara kehadiran pada jam olahraga dan aktivitas fisik saat menuju ke sekolah dengan kejadian obesitas di Filipina?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Kehadiran Pelajar Pada Jam Olahraga dan Aktivitas Fisik saat Menuju Sekolah dengan Kejadian Obesitas di Filipina”

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Frekuensi Kehadiran Pelajar Pada Jam Olahraga
- b. Mengetahui Frekuensi Pelajar Yang Tidak Melakukan Aktivitas Fisik ke Sekolah
- c. Mengetahui Frekuensi Kejadian Obesitas di Filipina
- d. Menganalisis Hubungan Kehadiran Pelajar Pada Jam Olahraga dengan Kejadian Obesitas
- e. Menganalisis Hubungan Pelajar Yang Tidak Melakukan Aktivitas Fisik ke Sekolah dengan Kejadian Obesitas

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat berguna dikemudian hari sebagai bahan informasi bagi para remaja dengan cara melakukan aktivitas fisik seperti berjalan atau bersepeda saat menuju sekolah dan selalu hadir pada saat jam olahraga guna mencegah kejadian obesitas.

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk memberikan informasi mengenai "Kebiasaan Pelajar Dalam Kehadiran Jam Olahraga Dan Aktivitas Fisik Menuju Sekolah Dengan Kejadian Obesitas Di Filipina". Serta, dapat memberikan referensi kepada

mahasiswa/mahasiswi lain jika melakukan penelitian yang sama di masa mendatang dan dapat lebih dikembangkan lagi.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat dijadikan pengalaman serta pelajaran yang berharga selama mengerjakan tugas akhir ini.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| No | Penulis | Judul Penelitian | Variabel Penelitian | Subjek Penelitian | Desain Penelitian |
|----|---|--|--|--------------------------------|-------------------|
| 1. | Regina Guthold, Gretchen A Stevens, Leanne M Riley, Fiona C Bull. 2020 | <i>Global trends in insufficient physical activity among adolescent s: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants</i> | Variabel Independen :Obesitas Variabel Dependen : Aktivitas Fisik, Usia, Jenis Kelamin | 100 remaja berusia 11-17 tahun | Cross Sectional |
| 2. | Kelly R. Evenson, Stephanie William, Bing Han , Thomas L. McKenzie , Deborah A. Cohen. 2019 | <i>United States' neighborhood park use and physical activity over two years: The National Study of</i> | Variabel Independen : Obesitas Variabel Dependen : Aktivitas Fisik | 174 Taman | Cross Sectional |

| <i>Neighborhood Parks</i> | | | | | |
|---------------------------|---|--|---|--|-----------------|
| 3. | Fransiska Sabatini, Setiawati, Trias Mahmudio, Nadia Ramadhan i, Khairina Fadiah Hidayati. 2019 | Intensitas Pengguna an Media Sosial, Kebiasaan Olahraga, dan Obesitas Pada Remaja Di SMA Negeri 6 Surabaya | Variabel Independen : Obesitas Variabel Dependen : olahraga, media sosial, obesitas, remaja | Seluruh siswa/i kelas X dan XI SMAN 6 Surabaya sebanyak 614 orang | Cross Sectional |
| 4. | Syamsinar Wulandari, Hariati Lestari, Andi Faizal Fachlevy. 2016 | FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 4 KENDARI | Variabel Independen : Obesitas Variabel Dependen : Pola makan, Tingkat aktivitas fisik, Uang jajan, Parental fatness, Durasi tidur | Seluruh siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 4 Kendari yaitu sebanyak 1.133 siswa, dengan jumlah sampel sebesar 89 orang | Cross Sectional |