

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Status gizi menjadi salah satu indikator kesehatan utama masyarakat atau suatu wilayah. Permasalahan gizi ganda saat ini terjadi di Indonesia, yaitu ketika permasalahan status gizi kurang belum terselesaikan, muncul permasalahan gizi lebih yaitu overweight hingga obesitas (Kemenkes RI, 2018).

Obesitas adalah simpanan lemak berlebih dalam tubuh yang pada umumnya ditimbun dalam jaringan subkutan diluar lemak yang diperlukan fungsi tubuh yang normal. Dasarnya, obesitas terjadi akibat ketidakseimbangan energi yang timbul bila jumlah asupan melebihi jumlah kalori yang digunakan oleh tubuh dan dapat dihitung menggunakan indeks massa tubuh (IMT) jika $> 27 \text{ kg/m}^2$ dikatakan obesitas (Sherwood, 2012). Menurut The GBD 2015 Obesity Collaborators (2017), IMT adalah pengukuran yang didapatkan dari hasil pembagian berat badan dalam kilogram dengan kuadrat tinggi badan dalam meter.

Obesitas sudah menjadi epidemi global pada golongan anak-anak, remaja, dewasa dan lansia di negara berkembang. Prevalensi kegemukan meningkat seiring dengan bertambahnya usia, dan mencapai puncaknya pada usia dewasa. Pada tahun 2016, lebih dari 650 miliar orang dewasa berusia di atas 18 tahun mengalami obesitas dengan prevalensi 13% (11% pada laki-laki dan 15% pada perempuan) (WHO,2016). Pada tahun 2018, prevalensi penduduk Indonesia usia >18 tahun dengan obesitas mencapai 21,8% (Riskesdas, 2018). Obesitas pada kelompok umur dewasa >18 tahun di Provinsi Jawa Timur berada diatas rata-rata nasional, yakni sebesar 22,37% (Riskesdas, 2018). Peringkat keenam penduduk obesitas pada dewasa tahun 2018 paling banyak dalam satu Provinsi Jawa Timur adalah Kabupaten Gresik. Proporsi obesitas tahun 2018 pada penduduk berusia >18 tahun di Kabupaten Gresik mencapai 34,35%, dengan proporsi laki-laki 27,70% dan perempuan 36,49%. Hal ini

berada diatas proporsi nasional yaitu laki-laki 19,7% dan perempuan 32,9% (Dinkes Jatim, 2018).

Salah satu kelompok pekerjaan penduduk dewasa yang rentan terhadap kejadian obesitas adalah pegawai kantor/PNS/TNI/Polri (Sikalak, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Pitayati *et al.* (2014) menunjukkan bahwa pegawai yang obesitas lebih rentan terhadap penyakit dan dapat menurunkan produktivitas kerja. Pegawai dengan keadaan sehat lebih produktif bekerja dibandingkan dengan pegawai yang tidak sehat.

Status gizi obesitas disebabkan oleh berbagai faktor kompleks yang dapat saling terkait, beberapa faktor tersebut diantaranya pola konsumsi pangan (perilaku makan dan pola makan), serta aktivitas fisik. Perilaku makan menjadi salah satu faktor risiko terhadap kejadian obesitas, salah satunya *emotional eating*. *Emotional eating* merupakan kecenderungan untuk kelebihan makan sebagai respons terhadap emosi negatif atau coping stres yang tidak memadai dan tidak efektif (Ganley, 1989 dalam Sukianto, 2019). *Emotional eating* yang dilakukan secara terus-menerus, dapat mempengaruhi pola makan tidak tepat, berat badan, dan kesehatan (Ozier *et al.*, 2008 dalam Sukianto, 2019). Faktor lainnya yang berpengaruh terhadap status gizi yaitu pola makan. Pola makan yang kurang tepat merupakan pencetus terjadinya obesitas (Rumajar, 2015). Aktivitas fisik sangat penting dilakukan untuk membantumengoptimalkan komposisi tubuh termasuk mencegah berat badan berlebih dan obesitas (Warburton *et al.*, 2006 dalam Rhodes *et al.*, 2017). Pekerja kantor atau pegawai jika tidak melakukan latihan fisik dan dalam melakukan aktivitas fisik termasuk dalam kategori ringan, beresiko mengalami kegemukan karena kurangnya dalam pembakaran kalori (Dewi & Mahmudiono, 2013).

Puskesmas Manyar dan Puskesmas Sukomulyo merupakan pusat pelayanan terpadu di kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. Puskesmas di wilayah Kecamatan Manyar dijadikan objek dalam penelitian ini, dikarenakan letak tempat Puskesmas Manyar dan Puskesmas Sukomulyo yang strategis yaitu pada daerah perindustrian berkembang. Perindustrian yang berkembang

dapat meningkatkan perekonomian masyarakat. Dalam kehidupan bermasyarakat selain perekonomian yang meningkat, kecenderungan ketersediaan bahan makanan yang cukup banyak, menjadikan masyarakat lebih konsumtif dan dapat membeli kebutuhan akan dirinya, termasuk petugas puskesmas itu sendiri.

Cakupan wilayah Puskesmas di wilayah Manyar yang luas dan mudah dijangkau oleh kendaraan maupun dekat dengan perkotaan dan pedesaan, membuat puskesmas menjadi pusat pelayanan yang banyak didatangi oleh pengunjung atau pasien. Beban kerja petugas puskesmas pun menjadi lebih berat. Beban kerja yang meningkat dapat mempengaruhi kondisi psikologis pada kepribadian masing-masing petugas. Menurut Nurrahmawati dan Fatmaningrum (2018), seseorang yang sedang mengalami keadaan psikologis dan beban yang kurang menyenangkan seperti gelisah, sedih, takut, marah, bosan, kesepian, atau stres, kelelahan, dalam mengatasinya, tubuh akan berespon menghasilkan lebih banyak hormon kortisol dan merangsang pelepasan beberapa hormon lainnya, salah satunya yaitu leptin. Proses ini menyebabkan metabolisme energi meningkat, glukosa darah menurun, sehingga timbul rasa lapar, peningkatan nafsu dan asupan makan. Pada akhirnya, seseorang akan mencari makanan sebagai pengalih perhatian untuk memberi kenyamanan dan menenangkan emosi pada dirinya. Jika keadaan ini terus menerus dilakukan akan mempengaruhi pola makan sehari-hari. Dan apabila aktivitas fisik yang mampu membakar energi tidak dilakukan, maka kelebihan energi tersebut akan disimpan sebagai lemak (Nurrahmawati & Fatmaningrum, 2018).

Aktivitas fisik petugas Puskesmas wilayah Kecamatan Manyar selama bekerja hanya dilakukan di lokasi sekitar tempat mereka bekerja saja, sehingga dapat dikatakan ruang lingkup kerjanya terbatas. Pembakaran energi petugas puskesmas cenderung kurang. Menurut Wijaksana (2016), tidak seimbang nya jumlah energi yang masuk dan jumlah energi yang dikeluarkan, berat badan dapat meningkat menjadi lebih berat dibandingkan berat badan ideal dan mengalami obesitas akibat adanya penumpukan lemak di dalam tubuh.

Petugas puskesmas merupakan kelompok usia dewasa yang berperan penting untuk masyarakat dalam meningkatkan kesehatan masyarakat baik secara preventif maupun kuratif (Triwibowo, 2014). Dalam memberikan pelayanan masyarakat yang berhubungan langsung pada seseorang dalam keadaan sehat atau sakit diharuskan memiliki kondisi yang sehat agar tidak rentan terhadap penyakit dan produktif dalam bekerja (Banudi *et al.*, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Geliebter dan Aversa (2003) membuktikan bahwa *emotional eating* berhubungan dengan status berat badan yang lebih tinggi. Namun, hasil penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti (2019) menunjukkan tidak terdapat hubungan antara *emotional eating* dengan status gizi mahasiswa. Penelitian oleh Kurniawati *et al.* (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada polisi di Kepolisian Resort Kota Banjarmasin. Namun, hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurwulan *et al.* (2018) menunjukkan tidak terdapat hubungan pola makan dengan status gizi. Dan penelitian oleh Christianto *et al.* (2018) menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada warga dewasa di Desa Banjaroyo, Kulonprogo, Yogyakarta.

Bedasarkan uraian tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Emotional Eating*, Pola Makan, Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Petugas Puskesmas Wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik” untuk menganalisis hubungan *emotional eating*, pola makan, dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana karakteristik responden petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik ?

- 2) Bagaimana gambaran distribusi kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik ?
- 3) Bagaimana gambaran distribusi faktor *emotional eating* pada petugas puskesmas dengan obesitas di wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik ?
- 4) Bagaimana gambaran distribusi pola makan pada petugas puskesmas dengan obesitas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik ?
- 5) Bagaimana gambaran distribusi aktifitas fisik pada petugas puskesmas dengan obesitas di wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik ?
- 6) Apakah terdapat hubungan *emotional eating* dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik ?
- 7) Apakah terdapat hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik ?
- 8) Apakah terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik ?
- 9) Faktor apa yang paling kuat hubungannya dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik ?

1.3 Tujuan Penelitian

1) Tujuan Umum

Dengan melihat permasalahan diatas maka secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *emotional eating*, pola makan, dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.

2) Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian hubungan *emotional eating*, pola makan, dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik adalah sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi karakteristik petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.

- b. Mengidentifikasi kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.
- c. Mengidentifikasi *emotional eating* petugas puskesmas dengan obesitas di wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.
- d. Mengidentifikasi pola makan petugas puskesmas dengan obesitas di wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.
- e. Mengidentifikasi aktivitas fisik petugas puskesmas dengan obesitas di wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.
- f. Menganalisis hubungan *emotional eating* dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.
- g. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.
- h. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.
- i. Mengidentifikasi faktor yang paling kuat hubungannya dengan kejadian obesitas pada petugas puskesmas wilayah Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Bagi Responden (petugas puskesmas)
Dapat sebagai bahan pengetahuan untuk lebih mengetahui tentang hubungan *emotional eating*, pola makan, dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas.
- 2) Bagi Peneliti
Dapat meningkatkan pengalaman, pengetahuan dan wawasan sebagai acuan pembuktian teori terutama dalam bidang gizi.
- 3) Bagi Puskesmas
Sebagai bahan masukan untuk edukasi informasi yang berkaitan dengan kategori dewasa dengan masalah berat badan lebih.

4) Institusi Pendidikan

Sebagai masukan untuk menunjang mutu pendidikan.

5) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan penelitian selanjutnya untuk memperluas informasi.

