

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi dan industri di seluruh dunia yang terjadi akhir-akhir ini, mengakibatkan terjadinya peningkatan ekonomi dan taraf hidup masyarakat modern di sebagian besar negara maju dan berkembang, yang secara langsung maupun tidak langsung, juga meningkatkan risiko kegemukan atau sering disebut dengan obesitas, dikarenakan penyimpangan pola makan dan gaya hidup.

Obesitas adalah suatu keadaan dimana terjadi penimbunan lemak tubuh yang berlebih, sehingga BB (berat badan) seseorang jauh di atas normal ($\geq 20\%$ BB ideal) dan dapat membahayakan kesehatan. Saat ini, angka kejadian obesitas meningkat dengan sangat cepat, baik di negara maju maupun negara berkembang. Data yang dikumpulkan dari seluruh dunia memperlihatkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi *overweight* dan obesitas pada 10 – 15 tahun terakhir. Sebagai contoh prevalensi obesitas di China memiliki angka kejadian obesitas $\pm 40\%$ pada wanita dan $\pm 30\%$ pada pria (Anonim 3, 2002). Saat ini diperkirakan sebanyak lebih dari 100 juta penduduk dunia menderita obesitas, dan angka ini masih akan terus meningkat dengan cepat (Anonim1, 2006).

Pengukuran kadar lemak tubuh dapat digunakan sebagai diagnosis dini tingkatan obesitas sehingga risiko-risiko penyakitnya seperti PJK (penyakit jantung koroner), DM (Diabetes Mellitus) tipe II, dan hipertensi, dapat dicegah dan diatasi lebih cepat. Pengukuran kadar lemak tubuh dapat menggunakan alat-alat modern, yaitu MRI (*Magnetic Resonance Imaging*), DXA (*densitometri*), dan CT (*Computed Tomography*), yang akan memberikan hasil yang sangat akurat. Tetapi kelemahan dari penggunaan alat-alat ini adalah biaya yang relatif mahal dan hanya tersedia di rumah sakit tertentu. Oleh karena itu digunakanlah cara pengukuran yang lebih sederhana, yaitu dengan menggunakan pengukuran antropometris seperti BB, *skin-fold thickness*, *bioimpedance*, BMI (*Body Mass*

Index), WC (*Waist Circumference*), dan WHR (*Waist Hip Ratio*) (Chan, Watts, Barrett *et al*, 2003).

Menurut WHO, metode yang paling banyak digunakan untuk mengukur tingkat obesitas adalah BMI. Nilai BMI dapat menunjukkan seberapa besar seseorang dapat terkena risiko penyakit yang disebabkan oleh obesitas (Anonim 1, 2006).

Metode lain yang dapat digunakan untuk mengetahui distribusi lemak subkutan dan intra-abdominal sehingga dapat digunakan untuk mengukur tingkat obesitas adalah dengan pengukuran WHR (Gibson, 1990). Nilai normal WHR pada pria adalah < 0.9 dan pada wanita adalah < 0.8 (Anonim 1, 2006).

1.2 Identifikasi Masalah

1. Apakah WHR pada obese lebih besar daripada WHR non obese.
2. Apakah WHR berhubungan dengan BMI.

1.3 Maksud dan Tujuan

1. Untuk mengetahui apakah WHR pada obese lebih besar daripada non obese.
2. Untuk mengetahui apakah WHR berhubungan dengan BMI.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Karya Tulis Ilmiah ini dapat menambah pengetahuan tentang risiko obesitas dan cara pengukurannya, untuk penanggulangan masalah tersebut.

1.4.2 Manfaat Praktis

Pengukuran WHR dan BMI diharapkan dapat bermanfaat untuk mengukur tingkat obesitas, sehingga dapat digunakan sebagai pemeriksaan praktis untuk menanggulangi masalah obesitas di masyarakat luas.

1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis Penelitian

1.5.1 Kerangka Pemikiran

Obesitas adalah suatu keadaan dimana terjadi penimbunan lemak tubuh yang berlebih, sehingga berat badan seseorang jauh di atas normal dan dapat membahayakan kesehatan. Salah satu upaya sederhana yang dapat digunakan untuk memantau tingkat obesitas adalah BMI (Stein, Colditz, 2004).

Pengukuran BMI dapat dinilai dengan hanya berdasarkan TB (tinggi badan) dan BB seseorang untuk dapat menentukan tingkat obesitas orang tersebut. Oleh karena itu, WHO juga menganjurkan pengukuran BMI untuk memantau tingkat obesitas di seluruh dunia, karena pengukurannya mudah dilakukan. Menurut WHO, seseorang dikatakan masuk dalam kategori obese adalah bila memiliki nilai BMI $\geq 25 \text{ kg/m}^2$ (Pan, Flegal, Chang, *et al*, 2004).

Pengukuran yang lain adalah pengukuran WHR yaitu dengan menggunakan pita ukur biasa yang umum digunakan di masyarakat, sehingga lebih mudah lagi cara pengukurannya dan biaya yang dibutuhkan relatif lebih murah (Wang, Thornton, Bari, *et al*, 2003).

WHR yang merupakan perbandingan WC dan HC, dapat digunakan untuk mengetahui distribusi lemak subkutan dan intra-abdominal sehingga dapat juga digunakan untuk mengukur tingkat obesitas (Gibson, 1990). Nilai WHR yang termasuk kategori obese adalah pria dengan WHR > 0.9 dan wanita dengan WHR > 0.8 (Anonim 1, 2006).

1.5.2 Hipotesis Penelitian

1. WHR pada obese lebih besar daripada WHR non obese.
2. WHR berhubungan dengan BMI.

1.6 Metode Penelitian

Penelitian bersifat observasional analitik, dengan menggunakan rancangan pengambilan sampel secara *cross sectional*.

Analisis statistik dengan menggunakan uji 't' tidak berpasangan dan analisis regresi korelasi linier sederhana, dengan $\alpha = 5\%$.

1.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

1.7.1 Lokasi

- Perusahaan garmen Mascotindo
- Balai Kesehatan Olahraga Masyarakat
- Kampus Universitas Kristen Maranatha

1.7.2 Waktu

Februari – Desember 2006