

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization (WHO)* obesitas didefinisikan sebagai akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang beresiko terhadap kesehatan<sup>1</sup>. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2013, prevalensi status gizi gemuk nasional berdasarkan pada IMT/U remaja umur 16 - 18 tahun didapatkan 1,6%. Provinsi DKI Jakarta merupakan provinsi dengan tingkat prevalensi gemuk tertinggi (4.2%). Berdasarkan hasil Riskesdas 2010, terdapat peningkatan prevalensi gemuk yang signifikan dari 1,4% menjadi 7,3%<sup>2</sup>. Obesitas pada anak dan remaja cenderung menetap dan berlanjut hingga masa dewasa sehingga meningkatkan resiko untuk terkena penyakit degeneratif di usia dewasa seperti diabetes, kardiovaskuler, stroke, dan sebagainya<sup>1</sup>. Faktor Resiko obesitas dapat dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu yang tidak dapat diubah seperti faktor genetik, usia, jenis kelamin dan faktor yang dapat diubah seperti faktor psikis, *lifestyle*, aktifitas fisik, dan asupan energi<sup>16</sup>.

Gula sederhana adalah penyusun utama dari karbohidrat. Gula sederhana di sebut juga sebagai monosakarida. Macam – macam gula sederhana yaitu Glukosa, Fruktosa, Galaktosa, dan sebagainya. Dalam kehidupan sehari-hari, fruktosa dan sukrosa biasa digunakan untuk kepentingan komersial seperti fruktosa yang diolah dari pati menjadi pemanis dalam minuman dan sukrosa yang diolah menjadi gula pasir.<sup>3,4</sup> Sebagian besar kandungan pemanis/gula didalam minuman diatas 10 gram per 100 ml<sup>5</sup>. Konsumsi minuman manis meningkat pada anak-anak hingga dewasa<sup>6</sup>. Asupan gula sederhana dalam minuman diduga berpengaruh pada obesitas pada remaja<sup>3,4</sup>. Berdasarkan penelitian *Mullie* di Amerika Serikat (2012), ditemukan prevalensi remaja yang mengalami obesitas dari minuman manis sebesar 58%. *Mullie* menemukan bahwa remaja yang mengonsumsi minuman berpemanis dapat dipengaruhi oleh ketersediaan produk, demografi, dan social-ekonomi masyarakat<sup>41</sup>. Hal ini berbeda dengan di Indonesia dimana pola konsumsi minuman manis tidak dipengaruhi ketersediaan produk, demografi, dan sosial-ekonomi masyarakat dikarenakan harga minuman pemanis di Indonesia yang lebih terjangkau, dan mudah didapatkan. Berdasarkan penelitian *Akhriani* (2016),

didapatkan hanya sebesar 2% siswa berusia 12-14 tahun yang mengalami obesitas dikarenakan mengonsumsi minuman berpemanis/gula<sup>7</sup>. Hasil yang didapatkan masih belum konsisten. Perilaku konsumsi makanan dan minuman kelompok usia 15-19 tahun juga dipengaruhi oleh faktor sosial. Menurut *Kurdanti (2015)*, pertumbuhan remaja juga dapat meningkatkan perilaku sosial seperti lebih suka mengonsumsi makanan cepat saji dikarenakan mengikuti orang lain dengan kemauannya sendiri<sup>16</sup>. Di Indonesia, penelitian mengenai asupan gula dalam minuman belum banyak dilakukan.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti bermaksud melakukan penelitian Hubungan Asupan Gula Sederhana Pada Minuman Terhadap Obesitas pada Anak Remaja usia 15 - 19 Tahun di Jakarta Barat.

## **1.2 Rumusan Masalah**

### **1.2.1 Pernyataan Masalah**

1. Tingginya prevalensi obesitas di kelompok siswa berusia 15-19 tahun
2. Asupan gula sederhana pada kelompok siswa usia 15-19 tahun tergolong tinggi

### **1.2.2 Pertanyaan Masalah**

1. Bagaimana sebaran status gizi pada siswa usia 15-19 tahun?
2. Bagaimana sebaran asupan gula sederhana dalam minuman pada siswa usia 15-19 tahun?
3. Bagaimana hubungan asupan gula sederhana dalam minuman terhadap obesitas pada siswa usia 15-19 tahun?

## **1.3 Hipotesis Penelitian**

Terdapat hubungan asupan gula sederhana dalam minuman terhadap obesitas pada siswa usia 15-19 tahun.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Menurunan angka obesitas pada kelompok siswa.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Diketuainya sebaran status gizi siswa usia 15-19 tahun.
2. Diketuainya asupan gula sederhana pada siswa usia 15-19 tahun.
3. Diketuainya hubungan asupan gula sederhana terhadap obesitas pada siswa usia 15-19 tahun.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Bagi Subjek Penelitian**

1. Subjek dapat mengetahui status gizinya.
2. Subjek dapat mengetahui asupan gula sederhana dari minuman yang dikonsumsi.
3. Subjek dapat mencegah obesitas

### **1.5.2 Bagi Peneliti**

Peneliti dapat mempelajari serta meningkatkan kemampuan dalam penyusunan dan pembuatan suatu karya tulis ilmiah.