

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas merupakan penumpukan lemak dalam tubuh pada bagian perut dengan jumlah berlebih. Penumpukan lemak ini terjadi akibat tidak berfungsinya jaringan lemak subkutan dalam menghadapi ketidakseimbangan energi di dalam tubuh karena peningkatan asupan gizi dan kurangnya aktivitas fisik (Tchernof dan Depres, 2013).

Terdapat dua jenis obesitas, yakni obesitas umum dan obesitas abdominal. Obesitas umum dapat diukur dengan menggunakan indeks massa tubuh (IMT), sedangkan obesitas abdominal dapat diukur dengan ukuran lingkar perut (LP). Nilai IMT diperoleh dengan cara membagi berat badan (dalam kg) dengan kuadrat dari tinggi badan, sedangkan nilai LP diperoleh dari hasil pengukuran lingkar perut (Kemenkes, 2013).

Menurut *World Health Organization* (WHO), obesitas menjadi masalah epidemiologi yang serius bagi kesehatan masyarakat dunia, 1,9 miliar lebih orang yang berusia diatas 20 tahun pada tahun 2016 mengalami obesitas (WHO, 2021). Data Riset Kesehatan Daerah (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa angka prevalensi obesitas Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Prevalensi obesitas cenderung lebih tinggi pada kelompok penduduk dewasa yang berpendidikan lebih tinggi dan bekerja sebagai PNS/TNI/Polri/BUMN/BUMD (Sikalak, *et al.*, 2017). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), orang dengan usia ≥ 15 tahun yang bekerja

sebagai pegawai di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 49 juta, sedangkan pada tahun 2021 bulan Februari ada sebanyak 48 juta (BPS, 2021). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi obesitas pada penduduk umur ≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Tengah yaitu 28,80%. Sedangkan prevalensi obesitas pada penduduk umur ≥ 15 tahun di Kabupaten/Kota Cilacap, Provinsi Jawa Tengah yaitu 30,71%. Angka prevalensi obesitas di dominasi oleh kelompok pekerja sebagai PNS/TNI/Polri/BUMN/BUMD yaitu sebesar 48,71% (Riskesdas, 2018). Menurut data Health PT Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap (PT KPI RU IV Cilacap) pekerja *security* yang mengalami obesitas sebesar 155 orang dari 270 orang.

Obesitas ini cenderung dapat dikelola dengan membiasakan diri untuk menjaga pola hidup sehat. Namun saat ini masih banyak pekerja khususnya di lingkungan PT KPI RU IV Cilacap yang mengabaikan terjadinya obesitas. Kelompok pekerja yang berisiko tinggi terjadinya obesitas salah satunya pekerja *Security*. Pekerjaan sebagai *Security* cenderung tidak memperhatikan pola makan dan jarang melakukan aktivitas fisik. Berbagai faktor risiko meliputi, usia, jenis kelamin, pola makan, aktivitas fisik, pengetahuan gizi, durasi tidur, status perkawinan, dan keturunan (Nandar *et al.*, 2019).

Berdasarkan fakta yang telah diuraikan di atas, tujuan dilakukannya pengkajian ini yaitu untuk mengetahui gambaran kejadian obesitas pada Pekerja *Security* di PT KPI RU IV Cilacap. Hal ini penting dilakukan agar lebih mudah dalam mencegah penyakit obesitas. Hal ini sangat penting karena obesitas dapat mengakibatkan gangguan fungsi tubuh lainnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Faktor Risiko Obesitas (usia, aktivitas fisik, pola makan) pada Pekerja *Security* PT Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan pada penelitian ini adalah mengetahui “Gambaran Faktor Risiko Obesitas (usia, aktivitas fisik, pola makan) Pada Pekerja *Security* PT Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap”.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi PT Kilang Pertamina Internasional RU IV Cilacap

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan manfaat kepada PT KPI RU IV Cilacap untuk meningkatkan upaya promotif dan preventif terutama bagi penderita obesitas, agar lebih menerapkan pola hidup sehat untuk meningkatkan derajat kesehatan.

2. Bagi Universitas Al-Irsyad Cilacap

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan, referensi, dan informasi khususnya mengenai pentingnya pencegahan penyakit tidak menular dan menjadi bahan ajar dalam materi terkait.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi kepada masyarakat mengenai pentingnya menjaga pola makan dan aktivitas yang baik.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk memperluas wawasan tentang faktor risiko obesitas pada pekerja.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema, kajian meskipun berbeda dalam hal subjek dan variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan.

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode	Hasil
1.	Ninik Irwana Riya Basri / 2020	Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Produktif di Posbindu PTM Melati Kelurahan Josenan Demangan Kota Madiun	Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Pola makan dan aktivitas fisik. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kejadian obesitas pada usia produktif.	Pendekatan rancangan <i>cross sectional</i> Analisis <i>Univariat</i>	Ada hubungan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada usia produktif di Posbindu PTM Kelurahan Josenan Madiun.
2.	Rezkie Nadia Putri / 2018	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Usia 15-18 Tahun di Provinsi DKI	Variabel bebas dalam penelitian ini adalah (konsumsi alkohol, tingkat pendidikan, kondisi mental emosional, status merokok, usia, jenis kelamin,	Penelitian yang digunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Hasil analisis menunjukkan bahwa status merokok dan jenis kelamin berhubungan dengan kejadian obesitas pada remaja usia 15-18 tahun. Sementara

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode	Hasil
		Jakarta	tingkat aktivitas fisik, konsumsi makanan berlemak, konsumsi minuman manis, konsumsi sayur dan buah) Variabel terikat dalam penelitian ini adalah obesitas		itu, konsumsi alkohol, tingkat pendidikan, kondisi mental emosional, usia, tingkat aktivitas fisik, konsumsi makanan berlemak, konsumsi makanan dan minuman manis, konsumsi sayur dan buah tidak memiliki hubungan dengan kejadian obesitas pada remaja usia 15-18 tahun di Provinsi DKI Jakarta.
3.	Ninik Irwana Riya Basri / 2020	Hubungan Pola Makan, Tingkat Stres, dan Durasi Tidur Dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Halu Oleo Tahun 2021	Variabel bebas dalam penelitian ini adalah (pola makan, tingkat stres, dan durasi tidur) Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi mahasiswa tingkat akhir	merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan Cross Sectional Study	Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara pola makan dengan status gizi mahasiswa tingkat akhir Universitas Halu Oleo tahun 2021 dengan p value $p=0,037$ ($p<0,05$). Tidak ada hubungan antara tingkat stres dan durasi tidur dengan status gizi mahasiswa tingkat akhir Universitas Halu Oleo tahun 2021 dengan p value masing-masing $p=0,934$ ($p>0,05$), $p=0,158$ ($p>0,05$)
4.	Rosyidatul Mufidah / 2021	Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Durasi Tidur Terhadap Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi Unesa	Variabel bebas dalam penelitian ini adalah faktor risiko (pola makan, aktivitas fisik, dan durasi tidur) terhadap faktor efek (status gizi) Variabel terikat dalam penelitian ini adalah program studi gizi Universitas Negeri	Penelitian observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	tidak terdapat pengaruh signifikan antara pola makan, aktifitas fisik, dan durasi tidur terhadap status gizi.

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode	Hasil
Surabaya angkatan tahun 2017-2019					
5.	Retno Kesumaning Ratri / 2022	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Obesitas pada Pekerja	Variabel bebas dalam penelitian ini adalah aktivitas fisik dan efek lingkungan Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi pekerja administrasi pendidikan di UPN Jakarta.	<i>Scoping review</i> dengan uji kelayakan menggunakan PICOS dan didapati 10 jurnal	Aktivitas fisik yang teratur merupakan penanganan yang baik terhadap stress, serta mempengaruhi kebugaran sehingga akan memperpanjang dan meningkatkan kualitas hidup

