

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Obesitas atau biasa yang dikenal dengan kelebihan berat badan adalah kondisi medis dimana tubuh kelebihan lemak yang memiliki akumulasi berefek negatif pada kesehatan. Obesitas dari segi kesehatan merupakan salah satu penyakit salah gizi, sebagai akibat konsumsi makanan yang jauh melebihi kebutuhannya (Sumbono, 2021).

Obesitas berkembang pesat mempengaruhi banyak negara di dunia karena berdampak terhadap kesehatan. Obesitas merupakan pintu masuk faktor resiko penyakit, seperti : penyakit jantung koroner (PJK), tekanan darah tinggi, stroke, diabetes tipe 2, dislipidemia, sindrom metabolik, kanker, sleep apnea. Obesitas tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi dapat menyebabkan gangguan psikis, karena banyak penelitian yang melaporkan kasus rendah diri dan depresi pada penderita obesitas dan bahkan ada kecenderungan putus asa. World Health Organization (WHO), 2023 menunjukkan bahwa, secara global lebih dari 1 miliar orang dewasa kelebihan berat badan dan 300 juta orang overweight. Obesitas banyak terjadi di negara berkembang dengan jumlah penderita lebih dari penderita obesitas yang berlebihan (Ella et al., 2022).

Berdasarkan data World Health Organization dari 115 juta orang. Sebagian besar negara-negara Eropa tren telah meningkat dari 10% menjadi 40% dalam 10 tahun terakhir, bahkan di Inggris prevalensi obesitas lebih dari dua kali lipat. World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa obesitas pada perempuan dewasa lebih banyak dari pada laki-laki (Ella et al., 2022).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 39% dari orang dewasa berusia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan dan 13% mengalami obesitas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Di Indonesia, kejadian obesitas meningkat setiap tahunnya, pada tahun 2007 sebesar 10,5% tahun 2013 meningkat menjadi sebesar 14,8% dan pada tahun 2018 terjadi peningkatan lagi sebesar 21,8%. Kondisi ini dialami oleh setiap golongan usia,

baik laki laki maupun perempuan. DKI Jakarta sebagai salah satu provinsi yang penduduknya mengalami masalah obesitas di Indonesia setelah provinsi Sulawesi Utara(Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan Profil Kesehatan DKI Jakarta tahun 2017, prevalensi Obesitas(>15 tahun) di Jakarta Timur yaitu sebesar 13,28% (Laki-laki sebesar 12,63% dan perempuan 13,71%)(Natasya, 2020).

Berdasarkan data hasil survei Angkatan kerja nasional tahun 2022 diketahui bahwa 209,42 juta orang penduduk Indonesia merupakan usia kerja. Dari 143,72 juta orang angkatan kerja, sekitar 135,30 juta orang bekerja baik pekerja penuh, pekerja paruh waktu, dan setengah pengangguran. Persentase penduduk bekerja di Indonesia berdasarkan jenis kelamin yaitu sebesar 40,03% laki – laki dan 33,94% perempuan(Puspandhani, 2023). Sedangkan prevalensi obesitas pada penduduk umur >18tahun menurut jenis kelamin di Indonesia tahun 2018 menunjukkan prevalensi berat badan berlebih di dominasi oleh perempuan sebesar 44,40% dan laki-laki sebesar 26,60%(Badan Pusat Statistik, 2023).

Penyebab terjadinya obesitas ketika seseorang mengonsumsi makanan dan minuman tinggi kalori dalam jangka panjang tanpa diimbangi dengan aktivitas fisik(Kementrian Kesehatan Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan, 2022). Selain itu, ada faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan obesitas antara lain faktor individu seperti jenis kelamin, usia dan gaya hidup atau *life style* serta genetik atau keturunan(Hermawan, 2020). Faktor resiko obesitas didominasi oleh perempuan karena pengaruh hormonal dalam tiap fase kehidupan terutama setelah menopause.Perempuan pada saat menopause mengalami penurunan massa otot dan perubahan status hormon seperti estrogen. (Kusteviani, 2015). Berdasarkan hasil Rikesdas 2018 faktor jenis kelamin terhadap obesitas menunjukkan perbandingan pada wanita dan pria yaitu 15,11%: 12,1%(Kemenkes RI, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusteviani, 2015 dimana prevalensi obesitas lebih tinggi pada perempuan.

Seiring bertambahnya usia dapat menjadi faktor resiko obesitas dikarenakan semakin bertambahnya usia maka akan terjadi perubahan hormon dan gaya hidup kurang gerak atau berkurang aktivitas(Kementrian Kesehatan Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang di

lakukan oleh Makmun and Risdayani, 2021 didapatkan hasil nilai  $p=0,016$  yang menunjukkan adanya hubungan usia dengan obesitas. Faktor gaya hidup yang tidak sehat dapat memberikan dampak yang buruk bagi kesehatan salah satunya adalah obesitas(P2PTM Kemenkes RI, 2018).Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi et al., 2017 didapatkan hasil nilai  $p= 0,02 < \alpha 0,05$  yang menunjukkan adanya hubungan gaya hidup terhadap obesitas. Faktor genetik/keturunan menjadi faktor obesitas karena gen memberikan instruksi pada tubuh untuk merespon perubahan di lingkungannya. Anak dari orang tua yang mengalami kegemukan lebih berisiko dibandingkan anak dengan orang tua yang memiliki berat badan ideal(Kementrian Kesehatan Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanani et al., 2021 di dapati hasil uji  $p=0,000$  karena nilai signifikan kurang dari 0,05 maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh antara genetik dengan kejadian obesitas.

Faktor kedua adalah kecukupan gizi, saat ini makanan siap saji yang tinggi akan gula/karbohidrat dan tinggi lemak, banyak dijual dan menjadi gaya hidup bagi sebagian orang. Khususnya bagi pekerja yang tidak memiliki banyak waktu untuk mengelola makanan sehat (Hermawan, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Loliana & Nadhiroh, 2015 di dapati hasil kecukupan energi, karbohidrat, protein, dan lemak dengan nilai  $p$  masing-masing 0,02, 0,00, 0,017 dan 0,018 antara remaja obesitas dengan non obesitas. Ketiga adalah Faktor Perilaku seperti kurangnya aktivitas fisik, bagi para pekerja yang lebih banyak duduk di depan komputer atau juga handphone sehingga sangat kurang dalam aktivitas yang menggunakan fisik dan beraktivitas di luar ruangan(Hermawan, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmadinisia et al., 2020 di dapatkan hasil  $p=0,05$  yang dapat disimpulkan bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan pada kejadian obesitas.

PT X salah satu perusahaan di DKI Jakarta yang berdiri pada tahun 2014. PT X bergerak dan memberikan jasa supplier, kontraktor alat-alat berat, mekanikal dan elektrikal. PT X berkomitmen memberikan layanan yang terbaik kepada setiap customer untuk memenuhi setiap kebutuhan customer. Total

pekerja yang ada di PT X sebanyak 75 pekerja. Proses kerja dilakukan mulai dari pengadaan barang kebutuhan customer dan di kerjakan oleh bagian marketing sampai terjadi pemesanan barang, kemudian akan di kerjakan oleh bagian administrasi hingga barang yang dipesan oleh customer tiba di kantor, selanjutnya akan di cek oleh bagian gudang, bila barang sudah siap dikirim akan di kirim ke customer oleh bagian ekspedisi. Pada bagian marketing dan administrasi sebagian besar pekerjaan dihabiskan di dalam ruangan dengan posisi bekerja sambil duduk hingga waktu pekerjaan selesai dan proses pekerjaan dikerjakan menggunakan komputer, sehingga pekerja tidak memiliki waktu untuk meningkatkan aktivitas fisik di tempat kerja.

Berdasarkan data/studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya peneliti menemukan adanya kejadian obesitas pada pekerja di PT X sebanyak 9 orang (45%) yang menderita obesitas dari 20 orang. Peneliti menemukan angka kejadian obesitas dengan menggunakan perhitungan *Indeks Massa Tubuh (IMT)*  $\geq 25$ , dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan pekerja secara langsung menggunakan alat pengukur tinggi badan (Stature Meter) dan timbangan berat badan.

Risiko terjadinya obesitas pada pekerja PT X dikarenakan belum ada program secara khusus untuk pengendalian obesitas di tempat kerja seperti program menu katering sehat, program senam kesehatan jasmani, program diet, serta program Medical Check Up (MCU) pada karyawan. Obesitas dapat menyebabkan penurunan produktivitas pada pekerja dikarenakan gerak tubuh menjadi terbatas dan lamban serta dapat menyebabkan penyakit jantung koroner (PJK), tekanan darah tinggi, stroke, diabetes tipe 2, dislipidemia, sindrom metabolik, kanker, sleep apnea (Firman, 2015). Bila karyawan mengalami obesitas dapat menyebabkan kerugian bagi perusahaan, baik secara kualitas pekerja dalam bekerja serta pengeluaran biaya kesehatan yang meningkat pada perusahaan. Selain itu, kepercayaan diri menjadi buruk, apalagi ditambah dengan kesulitan untuk mencari pakaian yang pantas bagi tubuh yang telah berubah gemuk, yang pada akhirnya membuat penderita obesitas mulai menarik diri dari pergaulan sosial (Sardjito, 2019).

Berdasarkan uraian diatas tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada pekerja di PT X dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Pada Pekerja PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui perhitungan *Indeks Massa Tubuh (IMT)*  $\geq 25$ , dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan pekerja secara langsung menggunakan alat pengukur tinggi badan (Stature Meter) dan timbangan berat badan kepada 20 pekerja di temukan angka kejadian obesitas pada pekerja tersebut sebanyak 9 orang (45%) yang menderita obesitas. Karena adanya temuan angka obesitas pada pekerja tersebut peneliti ingin melakukan penelitian terkait “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Pada Pekerja PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023”.

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

- 1.3.1 Apa sajakah faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada pekerja di PT X Tahun 2023 ?
- 1.3.2 Bagaimana gambaran kejadian obesitas pada pekerja di PT X Tahun 2023 ?
- 1.3.3 Bagaimana gambaran faktor individu (jenis kelamin dan usia) terhadap kejadian obesitas pada pekerja di PT X Tahun 2023 ?
- 1.3.4 Bagaimana gambaran kecukupan gizi terhadap kejadian obesitas pada pekerja di PT Tahun 2023 ?
- 1.3.5 Bagaimana gambaran faktor perilaku (aktivitas fisik) terhadap kejadian obesitas pada pekerja di PT X Tahun 2023 ?
- 1.3.6 Apakah ada hubungan faktor individu (jenis kelamin dan usia) dengan obesitas pada pekerja di PT X Tahun 2023 ?
- 1.3.7 Apakah ada hubungan antara kecukupan gizi dengan kejadian obesitas pada pekerja di PT X Tahun 2023 ?

- 1.3.8 Apakah ada hubungan antara faktor perilaku (aktivitas fisik) dengan kejadian obesitas pada pekerja di PT X Tahun 2023 ?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada pekerja di PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran obesitas pada pekerja PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.
2. Mengetahui gambaran jenis kelamin pekerja di PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.
3. Mengetahui gambaran usia pekerja di PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.
4. Mengetahui gambaran kecukupan gizi pada pekerja di PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.
5. Mengetahui gambaran aktifitas fisik pada pekerja di PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.
6. Mengetahui hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian obesitas pada pekerja di PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.
7. Mengetahui hubungan antara usia dengan kejadian obesitas pada pekerja di PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.
8. Mengetahui hubungan antara kecukupan gizi terhadap kejadian obesitas pada pekerja di PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.
9. Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada pekerja di PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Bagi Perusahaan**

Hasil penelitian diharapkan dapat mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas dan dijadikan masukan untuk

pekerja di PT X dalam penerapan kesehatan dan keselamatan kerja khususnya adanya gangguan kesehatan pada pekerja.

### **1.5.2 Bagi Universitas**

Sebagai tambahan wawasan keilmuan untuk menambah pengetahuan terkait kejadian obesitas di tempat kerja dan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai salah satu referensi bagi penelitian selanjutnya terkait keselamatan dan kesehatan kerja.

### **1.5.3 Bagi Peneliti**

Hasil penelitian diharapkan bisa dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya dan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan terhadap keselamatan dan kesehatan kerja khususnya terkait kejadian obesitas di tempat kerja.

## **1.6 Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada pekerja PT X Kota Jakarta Timur Tahun 2023. Penelitian ini didasarkan karena adanya angka temuan yang didapatkan dari hasil studi pendahuluan. Penelitian ini dilakukan di PT X yang terletak di Ruko Avenue Jakarta Garden City Kota Jakarta Timur. Penelitian ini dimulai pada bulan Juni – Agustus 2023. Populasi dalam penelitian ini yaitu sebanyak 75 pekerja dan sampel yang digunakan sebanyak 75 responden dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional study*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer yang diperoleh melalui wawancara dan pengukuran langsung kepada pekerja dengan variabel yang diteliti yaitu jenis kelamin, usia, kecukupan gizi dan aktifitas fisik. Sedangkan analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji chi-square.