

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja saat ini cenderung terpengaruh oleh lingkungan, sangat mudah mengikuti alur zaman atau trend yang berkembang di masyarakat, apalagi di era teknologi yang semakin canggih ini, dimana informasi, produk dan pelayanan serta macam-macam makanan seperti *fastfood* atau makanan cepat saji yang sangat mudah diakses. Hal tersebut membuat remaja memiliki beragam jenis makanan yang kurang sehat karena makanan yang berkembang banyak berasal dari luar negeri, kemungkinan makanan yang dikonsumsi para remaja mempunyai kandungan kalori, garam, lemak dan kolesterol yang tinggi dan hanya memiliki sedikit makanan yang mengandung serat. Apalagi remaja saat ini kurang beraktivitas sehingga akan menjadikan remaja rentan mengalami kegemukan atau obesitas (Effendi & Widiastuti, 2014). Kegemukan yang terjadi pada remaja dikarenakan kurang seimbang nutrisinya yang dikonsumsi dengan energi yang dikeluarkan. Seharusnya remaja memiliki nutrisi yang seimbang diiringi dengan beraktivitas setiap hari, karena remaja merupakan kelompok usia transisi, yaitu peralihan dari anak-anak menuju remaja, seiring bertambahnya usia kebutuhan nutrisinya juga akan semakin meningkat, sehingga mereka membutuhkan nutrisi yang seimbang agar tetap sehat. Periode remaja ini merupakan periode yang akan disiapkan untuk menciptakan sumber daya manusia (SDM) lebih produktif dan berkualitas di masa depan (Kusumawardani et al., 2016).

Menurut dari survei (GSHS) *Global School based Student Health Survey* atau survei kesehatan global berbasis sekolah pada tahun 2015, menunjukkan adanya kebiasaan makan remaja yang kurang sehat dalam sehari dapat mengkonsumsi makanan cepat saji sebanyak 53%, remaja yang kurang mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan sebanyak 78,4%, dan remaja yang kurang melakukan aktivitas fisik sebanyak 67,9% sehingga mengakibatkan remaja

mengalami kegemukan. Kegemukan dapat terjadi pada laki-laki maupun perempuan, khususnya remaja perempuan, harus lebih diperhatikan karena kegemukan yang dialami oleh remaja perempuan akan mempengaruhi kondisi yang penting seperti menstruasi, pertumbuhan yang cepat pada masa pubertas dan perhatian terhadap penampilan fisik serta untuk mempersiapkan sebelum menikah. WHO melaporkan terdapat 60% kegemukan di dunia terjadi pada perempuan (Wahyuningsih & Pratiwi, 2019). Maka perlunya pengurangan prevalensi kegemukan dengan memperhatikan peningkatan nutrisinya menggunakan (IMT) atau indeks massa tubuh. Dalam Permenkes tahun 2014 tentang pedoman gizi, cara pengukuran IMT yaitu menggunakan berat badan (BB) dibagi tinggi badan (TB^2). Remaja yang mengalami kegemukan akan mengalami kenaikan kadar kolesterol dalam tubuh, karena kegemukan merupakan salah satu faktor terjadinya kenaikan kolesterol, saat kadar kolesterol naik dalam tubuh maka akan memicu adanya penyakit hiperkolesterolemia.

Hiperkolesterolemia adalah kondisi seseorang memiliki kelebihan kolesterol dalam darah (kolesterol dalam darah >200 mg/dl). Kadar kolesterol tinggi akan memicu penyakit lain sehingga kolesterol tinggi akan bersamaan, dengan timbulnya penyakit jantung, kanker, DM dan penyakit degeneratif lainnya yang dimana penyakit tersebut merupakan salah satu penyakit yang tidak menular atau (PTM) (Irianto, 2014). Penyakit tidak menular merupakan penyakit kronik karena telah terpapar selama puluhan tahun yang dapat mengakibatkan meningkatnya mortalitas dan morbiditas. Peningkatan penyakit tidak menular disebabkan oleh peningkatnya IMT tubuh yang dapat menandakan bahwa jumlah lemak bebas di dalam tubuh meningkat, adanya peningkatan lemak di dalam tubuh akan menyebabkan terjadinya pelepasan lemak ke dalam darah sehingga bisa diindikasikan bahwa tubuh mengalami peningkatan kadar kolesterol (Indah, 2020). Remaja yang memiliki kadar kolesterol yang tinggi akan mengalami gejala-gejala seperti, pegal pada tengkuk kepala bagian belakang sampai ke pundak, kaki bengkak, cepat lelah, serta cepat mengantuk, sehingga akan mengganggu sistem belajar di sekolahnya (Sihotang, 2014).

Bedasarkan hasil (DINKES) dinas kesehatan Yogyakarta pada tahun 2019 dengan data dari 2018 ditemukan bahwa pemeriksaan IMT pada usia >15 tahun di puskesmas kota wilayah Yogyakarta yang mengalami obesitas mencapai 76,76% yang dimana perempuan mendominasi lebih banyak dibandingkan laki-laki (Ilosa, 2016). Menurut (RISKESDAS 2018) prevalensi obesitas remaja di Yogyakarta usia 16-18 tahun mencapai 6,8%, dimana perempuan lebih banyak mengalami obesitas daripada laki-laki, dan obesitas banyak terjadi di perkotaan dibandingkan pedesaan. Hal tersebut sejalan dengan meningkatnya penyakit jantung di Indonesia sebesar 1,5% yang dimana daerah Yogyakarta berada di peringkat kedua mencapai 2%, yang bersamaan dengan provinsi Gorontalo mencapai 2%, dan pada posisi pertama ialah Provinsi Kalimantan Utara sebanyak 2,2% (Riskesdes kemenkes RI, 2018). Menurut (RISKESDAS) tahun 2018, prevalensi penyakit jantung di negara Indonesia berdasarkan diagnosis dokter dalam kelompok usia 15-34 mencapai 0,8%, usia 35-44 mencapai 1,3%, usia 45-54 mencapai 2,45%, dan usia 55-64 mencapai sebanyak 3,9%. Meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular yang saat ini dapat mengancam kelompok remaja dikarenakan pola hidup yang kurang sehat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Hal tersebut sejalan dengan Kemenkes pada tahun (2014) bahwa penyakit jantung banyak ditemukan pada usia 15-24 tahun dengan berdasarkan diagnosis/gejalanya.

Bedasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada hari rabu tanggal 1 maret 2023, di kelas XI SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta saat kegiatan keputrian, total siswi kelas XI terdapat 37 siswi, namun yang dilakukan wawancara hanya 11 siswi, dari 11 siswi tersebut terdapat 5 siswi yang mengisi lembar *informed consent* atau setuju untuk dilakukan pengukuran IMT dan kadar kolesterol. Langkah pertama siswi dilakukan pengukuran IMT dengan hasil didapatkan IMT 20 dalam kategori normal 40%, IMT 26 dalam kategori gemuk 40%, dan IMT 30 dalam kategori obese 20%. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan kadar kolesterol kepada siswi, hasil yang didapatkan yaitu kadar kolesterol 188 mg/dl dalam kategori kolesterol normal 20%, kadar kolesterol 260 mg/dl 40% dan kadar kolesterol 269 mg/dl 20% dalam kategori kolesterol tinggi. Hasil dari wawancara didapatkan bahwa rata-rata siswi tersebut

banyak mengkonsumsi makanan cepat saji, kurang mengkonsumsi sayur dan jarang berolahraga. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Indeks Massa Tubuh IMT dengan Kadar Kolesterol Pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “Apakah terdapat hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan kadar kolesterol pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketuinya hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan kadar kolesterol pada remaja putri.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuinya indeks massa tubuh (IMT) pada remaja putri.
- b. Diketuinya kadar kolesterol pada remaja putri.
- c. Menganalisis hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan kadar kolesterol pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis :

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan ilmu pengetahuan terhadap derajat kesehatan nutrisi pada remaja.

2. Manfaat praktis :

a. Bagi Akademik

Meningkatkan wawasan, ilmu pengetahuan serta sumber pustaka yang dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

b. Bagi Remaja

Diharapkan adanya penelitian ini bisa bermanfaat serta memberikan informasi kesehatan yang berhubungan dengan IMT dan kadar kolesterol pada remaja dengan memperhatikan status gizinya sehari-hari.

c. Bagi Sekolah

Diharapkan adanya penelitian ini dapat menjadikan referensi untuk diadakannya program yang dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan nutrisi pada remaja, serta dapat mengurangi angka penyakit degeneratif dan penyakit hormon lainnya di masa yang akan datang dengan cara pengawasan sejak dini.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kadar Kolesterol Pada Remaja (Yusuf & Ibrahim, 2019).	Penelitian observasional dengan pendekatan <i>Crossectional Study</i> .	Terdapat hubungan yang bermakna antara IMT dengan kadar kolesterol pada remaja dengan nilai korelasi yaitu $p= 0.0160$.	Desain penelitian observasional dengan pendekatan <i>crossectional study</i> , melakukan penelitian pada remaja kelas XI.	Subjek penelitian yaitu remaja putri, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel.
2	Indeks Masa Tubuh, Usia dan Peningkatan Kolesterol Total (Priyo Hastono & Sumarsih, 2020).	Penelitian <i>analitik observasional</i> dengan rancangan <i>cross sectional</i> dengan menggunakan data sekunder.	Terdapat hubungan yang bermakna terhadap peningkatan IMT dan usia dengan kadar kolesterol total.	Desain penelitian dengan pendekatan <i>crossectional study</i> .	Subjek Penelitian yaitu remaja putri kelas XI, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel.

3	Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) <i>Overweight</i> dengan Kadar Kolesterol Total pada Mahasiswa TLM Poltekkes Kemenkes Yogyakarta (Lusi Areta Distyaning, L 2022).	Penelitian observasional analitik dengan desain penelitian menggunakan <i>cross sectional</i> .	Hasil uji <i>Spearman Correlation</i> menunjukkan $p (0,026) < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) <i>overweight</i> dengan kadar kolesterol.	Desain penelitian menggunakan pendekatan <i>crosssectional study</i> .	Subjek remaja putri kelas XI, tempat Penelitian, waktu penelitian, jumlah sampel.
4	Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Rasio Trigliserida/ <i>High density lipoprotein</i> (TG/HDL) Pada Remaja (Khusna, 2016).	Penelitian <i>cross sectional</i> .	Indeks massa tubuh memiliki hubungan yang signifikan dengan rasio TG/HDL ($p < 0,05$).	Desain penelitian menggunakan pendekatan <i>crosssectional study</i> .	Subjek remaja putri kelas XI, tempat Penelitian, waktu penelitian, jumlah sampel.