

ANGKA KEJADIAN OBESITAS SENTRAL PADA WANITA DI DESA TUMALUNTUNG

¹Maria A. Ch. Ticoalu

²Djon Wongkar

³Taufiq F. Pasiak

¹Kandidat Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

²Bagian Anatomi-Histologi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

Email: mticoalu11_078@yahoo.com

Abstract: Central obesity is a condition of excess abdominal fat (central fat) caused by direct factors that causes central obesity such as lack of physical activity, therefore, more fat accumulation occurs in the abdomen. Central obesity also increases the risks of degenerative diseases. This was a descriptive study. Data were obtained by measuring weight and height, calculating the body mass index (BMI), and measuring waist circumference (≥ 80 cm) of 180 females aged 30-50 years in the Tumulung village. The data were counted manually. The results showed that of the population there were 0.6 % underweight, 19.4 % normal body weight, 12.2 % pre - obese, 42.8 % Obese I, 24.4 % Obese II, and 0.6 % Obese III. Based on BMI, 80% of the subjects were overweight meanwhile based on waist circumference there were 66.7 % of females with central obesity.

Keywords: central obesity, BMI, waist circumference

Abstrak: Obesitas sentral adalah kondisi kelebihan lemak perut (lemak pusat) yang terjadi akibat kurangnya aktifitas fisik sehingga akumulasi lemak lebih banyak terjadi di bagian perut. Obesitas sentral juga meningkatkan resiko terjadinya penyakit degeneratif. Penelitian ini bersifat deskriptif. Data diperoleh dari pengukuran berat badan dan tinggi badan, penghitungan indeks massa tubuh (IMT) serta lingkar pinggang (≥ 80 cm) pada 180 populasi wanita berusia 30-50 tahun di Desa Tumulung. Data yang diperoleh dihitung secara manual. Hasil yang diperoleh dari 180 subyek penelitian menunjukkan 0,6% *underweight*, 19,4% normal, 12,2% *pre-obese*, 42,8% *Obese I*, 24,4% *Obese II*, dan 0,6% *Obese III*. Berdasarkan perhitungan IMT terdapat 80% subyek penelitian mengalami kelebihan berat badan. Melalui pengukuran lingkar pinggang terdapat 66,7% wanita dengan obesitas sentral.

Kata kunci: obesitas sentral, IMT, lingkar pinggang

Obesitas sentral sering disebut juga tipe android atau viseral adalah suatu keadaan dimana penimbunan lemak terjadi secara berlebihan dan jauh melebihi normal di daerah abdomen.¹ Jaringan lemak intra abdominal terdiri lemak viseral atau intraperitoneal yang terutama terdiri dari lemak omental dan mesenterial serta massa lemak retroperitoneal yang terletak sepanjang perbatasan dorsal usus dan bagian permukaan ventral ginjal.²

Obesitas sentral terjadi karena adanya perubahan gaya hidup, seperti tingginya konsumsi minuman beralkohol, kebiasaan merokok, tingginya konsumsi makanan berlemak, tingginya konsumsi *fastfood* (makanan siap saji), dan rendahnya aktifitas fisik.³ Hal ini meningkatkan prevalensi obesitas sentral pada penduduk barat dan timur, di Amerika Serikat pada laki-laki meningkat dari 37% menjadi 42,2%, sedangkan pada perempuan di

Amerika Serikat meningkat dari 55,3% menjadi 61,3%. Di Indonesia prevalensi obesitas sentral di kota Padang didapatkan sebesar 12,1% pada laki-laki dan 46,3% pada perempuan.⁴ Prevalensi obesitas sentral tertinggi, yaitu di Sulawesi Utara, Gorontalo, dan DKI Jakarta berturut-turut 31,5%, 27%, 27,9%.⁴

Beberapa tahun terakhir ini, terjadi peningkatan prevalensi overweight dan obesitas sentral di seluruh dunia sebagai konsekuensi dari meningkatnya perkembangan ekonomi dan teknologi di negara-negara Asia Pasifik. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan di dunia ada sekitar 1,6 milyar orang dewasa ≥ 15 tahun kelebihan berat badan dan diperkirakan ≥ 700 juta orang dewasa akan mengalami obesitas pada tahun 2015.⁵ Keadaan inilah yang menjadi perhatian peneliti sehingga mengambil judul ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Tempat penelitian ini dilakukan di Desa Tumuluntung pada bulan November sampai Desember 2014. Sampel pada penelitian berjumlah 180 orang yaitu wanita yang berusia 30 sampai 50 tahun di Desa Tumuluntung. Penelitian ini dilakukan dengan cara perhitungan berat badan, tinggi badan, dan lingkaran pinggang. Kemudian dihitung IMT dan ukuran lingkaran pinggang akan menentukan obesitas sentral.

HASIL PENELITIAN

Subyek penelitian yang diteliti yaitu wanita berusia 30-50 tahun di Desa Tumuluntung berjumlah 180 orang. Karakteristik berdasarkan umur dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	%
30 – 35	32	17,8
36 – 40	43	23,9
41 – 45	41	22,8
46 – 50	64	33,5
Total	180	100

Berdasarkan penelitian yang dilakukan secara deskriptif kepada 180 subyek penelitian diperoleh hasil indeks massa tubuh (IMT) melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT)

Kriteria	IMT	Frekuensi	%
<i>Underweight</i>	< 18,5	1	0,6
Normal	18,5 – 22,9	35	19,4
<i>Pre-Obese</i>	23 – 29,9	22	12,2
Obese 1	30 – 34,9	77	42,8
Obese 2	35 – 39,9	44	24,4
Obese 3	≥ 40	1	0,6
Total		180	100

Berdasarkan penelitian yang dilakukan secara deskriptif kepada 180 subyek penelitian diperoleh hasil pengukuran lingkaran pinggang seperti pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Pengukuran Lingkaran pinggang Subyek

Kriteria	Lingkaran Pinggang	Frekuensi	(%)
Obesitas sentral	≤ 80 cm	60	33,3
	≥ 80 cm	120	66,7
Total		180	100

BAHASAN

Penelitian ini dilakukan di Desa Tumuluntung pada wanita usia 30 – 50 tahun dengan subyek penelitian berjumlah 180 orang. Subyek penelitian mempunyai karakteristik usia 30 – 50 tahun, dengan frekuensi terbanyak wanita berumur 46 – 50 tahun, yaitu 64 (33,5%) orang, diikuti dengan 43 (23,9%) orang berumur 36 – 40 tahun, 41 (22,8%) orang berumur 41 – 45 tahun, dan 32 (17,8%) orang berumur 30 – 35 tahun.

Penelitian yang dilakukan, diperoleh hasil dari 180 subyek penelitian melalui perhitungan IMT terdapat 0,6% *underweight*, 19,4% normal, 12,2% *pre-obese*, 42,8% *obese I*, 24,4% *obese II*, dan 0,6% *obese III*.

Obesitas sentral didefinisikan sebagai

kelebihan lemak perut atau lemak pusat. Faktor langsung yang menyebabkan obesitas sentral yaitu makanan dan minuman manis, makanan tinggi lemak, serta konsumsi sayur dan buah yang rendah.¹⁶

Pengonsumsi makanan jenis ini dapat membawahi menuju penyakit degeneratif. Makanan manis dan makanan berlemak meningkatkan berat tubuh dan lingkaran perut. Hubungan ini diduga karena kombinasi antara makanan berlemak dengan makanan manis. Makanan manis seringkali kaya lemak. Konsumsi makanan manis dan berlemak yang berlebihan juga dapat memberikan kontribusi energi yang dapat disimpan sebagai lemak dalam tubuh sehingga meningkatkan risiko obesitas sentral.¹⁷

Penyakit degeneratif adalah sebuah penyakit di mana fungsi atau struktur dari jaringan atau organ yang terpengaruh oleh penyakit memburuk dari waktu ke waktu. Obesitas sentral merupakan salah satu jenis obesitas dengan penumpukan lemak di bagian abdominal tubuh. Obesitas sentral berperan besar pada perkembangan penyakit degeneratif seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes, dan lainnya menjadi lebih cepat. Salah satu indikator pengukuran obesitas sentral yaitu pengukuran lingkaran pinggang.¹⁸

Secara klinis penentuan obesitas sentral dapat dilakukan dengan menentukan lingkaran pinggang karena kelebihan lemak abdominal terkait erat dengan faktor risiko penyakit degeneratif.¹⁹

Pengukuran lingkaran pinggang di dapatkan hasil 60 (33,3%) orang yang tidak termasuk obesitas sentral, dan 120 (66,7%) orang yang termasuk obesitas sentral. Kriteria obesitas sentral yaitu lingkaran pinggang ≥ 80 cm.

Hal ini menunjukkan dari perhitungan IMT terdapat 67,7% yang berisiko terjadinya penyakit degeneratif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap wanita di desa

Tumaluntung, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Dari penghitungan indeks massa tubuh, diperoleh sebanyak 67,8% wanita yang memiliki berat badan lebih atau *overweight*. Dari 180 subyek penelitian terdapat 0,6% *underweight*, 19,4% normal, 12,2% *pre-obese*, 42,8% *obese I*, 24,4% *obese II*, dan 0,6% *obese III*.
2. Berdasarkan pengukuran lingkaran pinggang, didapatkan hasil (33,3%) yang tidak termasuk obesitas sentral, dan (66,7%) yang termasuk obesitas sentral.

SARAN

1. Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan populasi yang sama dalam jangka waktu beberapa tahun ke depan untuk melihat perbandingan indeks massa tubuh wanita di desa Tumaluntung.
2. Penelitian ini dapat dilakukan pada kelompok populasi yang lain, seperti pada wanita di usia yang lain, remaja, pria, dan populasi lainnya yang mempunyai aktivitas kurang.

DAFTAR PUSTAKA

1. **Nurtanio N, Wangko S.** Resistensi insulin pada obesitas sentral. *BIK Biomed.* 2007;3(3):89-96.
2. **Sugondo S. Obesitas.** In: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiati S, editors. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam.* Jakarta: InternaPublishing, 2009; p. 1973-83.
3. **Elza Sugianti,** Faktor risiko obesitas sentral pada orang dewasa di Sulawesi Utara Gorontalo & DKI Jakarta, Fakultas ekologi manusia Bogor, 2009.
4. Riskedas. 2007. Prevalensi obesitas, diabetes dan obesitas sentral menurut kelompok umur ≥ 15 tahun di Jawa tengah. Balitbangkes Depkes 2008.
5. World Health Organization. 2008. *Waist Circumference and Waist-Hip Ratio. Report of a WHO Expert Consultation,* Geneva.
6. **Burhan FZ, Sirajuddin S, Indriasari R.** Pola konsumsi terhadap kejadian obesitas sentral pada pegawai pemerintah kabupaten Jeneponto. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hassanuddin Makassar,

- 2010.
- 7. Sugianti E, Hardinsyah, Afriansyah N.** Faktor risiko obesitas sentral pada orang dewasa di DKI Jakarta. *Gizi Indon.* 2009;32(2):105-6.
- 8. Hidayatulloh A, Nuhasanasah A, Irawan E.** Hubungan faktor risiko obesitas dengan lingkaran pinggang pinggul mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Departemen Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, 2011.
- 9. Mustamin.** Asupan Energi dan Aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral. *Media Gizi Pangan.* 2012a Vol.X, Edisi 2, 2010.