

*Research Articles***ANALISIS FAKTOR DETERMINAN KEJADIAN OBESITAS PADA TENAGA KEPENDIDIKAN**Nurhidayah Tiasya Sanas<sup>1</sup>, Zulfitriwati<sup>2</sup>, Irintiana Murib<sup>3</sup><sup>1</sup>Institusi Teknologi dan Kesehatan Tri Tunas Nasional

\*E-mail : nts@tritunas.ac.id

(Received 4 juli 2021; Accepted 24 Agustus 2021)

**Abtrak**

**Latar Belakang:** Prevalensi obesitas didunia semakin tinggi, sehingga menjadi suatu masalah kesehatan yang sangat serius. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap masalah obesitas adalah peningkatan asupan kalori termasuk konsumsi junk food dan sedentari, serta rendahnya aktivitas fisik. Obesitas pada tenaga kependidikan merupakan masalah kesehatan yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor determinan. Upaya pencegahan dan pengendalian obesitas perlu dilakukan secara komprehensif dan melibatkan berbagai pihak untuk membantu tenaga kependidikan dalam mencapai dan mempertahankan kesehatan yang optimal. Tujuan Penelitian adalah untuk mengetahui faktor determinan kejadian obesitas pada tenaga kependidikan di Kota Makassar.

**Motode:** Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain cross-sectional, yang dilakukan pada 270 tenaga kependidikan, sampel diambil secara purposif sampling. Data berat badan, tinggi badan, lingkar pinggang dilakukan pengukuran mandiri. Sedangkan data nilai IMT dihitung oleh peneliti.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan faktor risiko obesitas pada tenaga kependidikan adalah usia, lingkar pinggang, konsumsi junk food, jenis diet serta aktivitas fisik ( $p < 0.05$ ), dengan prediktor utama adalah konsumsi junk food (OR= 3.2).

**Kesimpulan:** Faktor determinan penyebab tingginya prevalensi obesitas pada tenaga kependidikan di Kota Makassar yaitu akibat kebiasaan konsumsi junk food.

**Kata Kunci:** Faktor determinan, obesitas, tenaga kependidikan

**Pendahuluan**

Obesitas merupakan ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan yang keluar, ditandai dengan penumpukan lemak dalam jaringan adipose. Obesitas pada usia dewasa membawa dampak pada kesehatan, dimana kenaikan berat badan dan obesitas menjadi salah satu faktor resiko untuk meningkatkan kejadian penyakit tidak menular seperti diabetes tipe 2, kanker dan beberapa penyakit kardiovaskular lainnya, bahkan hingga menyebabkan kematian di usia muda

Menurut WHO, obesitas merupakan salah satu masalah epidemiologi global yang hingga saat ini menjadi ancaman yang serius bagi kesehatan masyarakat di dunia. Obesitas dapat menyebabkan penyakit diabetes dan kardiovaskular seperti penyakit jantung, stroke, dan hipertensi yang telah menyebabkan kematian sebanyak 2,8 juta orang. Penelitian terdahulu yang dilakukan pada tahun 1980 hingga tahun 2013, menunjukkan bahwa penderita obesitas tertinggi yaitu di Uruguay dengan prevalensi sebesar 18,1%, Costa Rica sebesar 12,4%, Chili sebesar 11,9%, dan Meksiko sebesar 10.5%

Obesitas pada tenaga kependidikan di Indonesia telah menjadi isu kesehatan yang kian mengkhawatirkan. Sebagai pilar penting dalam mencerdaskan bangsa, tenaga kependidikan perlu memiliki kesehatan optimal untuk dapat menjalankan tugasnya dengan baik. Kejadian obesitas pada kelompok ini dapat memengaruhi produktivitas, kesehatan, dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Kajian mendalam mengenai faktor-faktor determinan obesitas pada tenaga kependidikan sangatlah penting untuk memahami penyebab dan merumuskan solusi yang tepat. Berdasarkan uraian diatas dapat dirumuskan tujuan penelitian mengetahui faktor determinan kejadian obesitas pada tenaga kependidikan di Kota Makassar

## Metode Penelitian

Penelitian menggunakan desain cross-sectional yang studinya dilakukan secara deskriptif analitik. Sampel diambil berdasarkan hasil purposif sampling, dan terpilih sebanyak 270 tenaga kependidikan dengan waktu penelitian November 2023-Januari 2024 di Kota Makassar. Sampel yang terpilih merupakan hasil keinginan untuk berpartisipasi dibuktikan dengan mengisi kuesioner secara lengkap dengan tujuan mengidentifikasi populasi obesitas dan tidak obesitas pada tenaga kependidikan. Kriteria inklusi adalah wanita berusia antara 25 – 55 tahun, aktif sebagai tenaga kependidikan

Berat badan (dalam kg) diukur menggunakan timbangan digital yang diletakan pada permukaan datar, dan pengukuran tinggi badan (dalam cm) menggunakan pita ukur yang terpasang pada dinding sejajar dan permukaan rata. Kedua pengukuran ini diambil dengan subjek mengenakan pakaian minimal dan tanpa alas kaki. Lingkar pinggang (dalam cm) diukur dengan mengukur jarak sekitar pinggang setengah inci di atas pusar menggunakan pita pengukur plastik.

## Hasil

Bagian hasil menguraikan tentang karakteristik subjek penelitian, analisis univariat, analisis bivariat dan analisis multivariat (jika ada). Pada bagian ini tabel dibuat dalam bentuk tabel terbuka.

**Tabel 1**  
**Faktor determinan kejadian obesitas pada tenaga kependidikan**

Pengaruh		Kejadian Obesitas		Nilai P
		Obesitas	Tidak Obesitas	
<b>Usia</b>	>30 thn	16 (15.2%)	62 (37.6%)	0.000*
	30-40 thn	37 (35.2%)	66 (40.0%)	
	40-50 thn	42 (40.0%)	28 (17.0%)	
	>50 thn	10 (9.6%)	9 (5.4%)	
<b>Pendapatan</b>	>3.000.000	2 (1.9%)	3 (1.8%)	0.566*
	3.000.000-5.000.000	21 (20.0%)	45 (27.3%)	
	5.000.000-7.000.000	77 (73.3%)	108 (65.5%)	
	>7.000.000	5 (4.8%)	9 (5.5%)	
<b>Lingkar pinggang</b>	<80cm	42 (40%)	117 (70.9%)	0.000*
	>80cm	63 (60%)	48 (29.1%)	
<b>Konsumsi food</b>	<b>Fast</b> Ya	78 (74.3%)	94 (57.0%)	0.006*
	Tidak	27 (25.7%)	71 (43.0%)	
<b>Konsumsi asinan</b>	Ya	34(32.4%)	68 (41.2%)	0.183*
	Tidak	71 (67.6%)	97 (58.8%)	
<b>Jenis diet</b>	Vegetarian	6 (5.7%)	23 (13.9%)	0.047*

	Ovo-vege	19 (18.1%)	37 (22.4%)	
	Non vege	80 (76.2%)	105 (63.6%)	
<b>Aktifitas Fisik</b>	Cukup	32 (30.5%)	103 (62.4%)	0.000*
	Kurang	62 (59.0%)	55 (33.3%)	
	Tidak	11 (10.5%)	7 (4.2%)	

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan table dapat dilihat bahwa Hasil penelitian telah menunjukkan bahwa faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada tenaga kependidikan yaitu usia, lingkaran pinggang, konsumsi fast food, jenis diet serta aktivitas fisik ( $p < 0.05$ ). Sedangkan pendapatan dan konsumsi asinan, dalam studi ini tidak menunjukkan hubungan dengan kejadian obesitas ( $p > 0.05$ ).

## Pembahasan

Kelebihan berat badan adalah faktor risiko utama terhadap berbagai masalah kesehatan. Semakin bertambah berat badan maka semakin besar IMT, dan peningkatan IMT tersebut memungkinkan mengalami risiko obesitas. Dalam penelitian ini tingkat prevalensi obesitas ( $IMT > 27.0 \text{ kg/m}^2$ ) di kalangan tenaga kependidikan ditemukan sebesar 38.9%. Rocha et al.<sup>29</sup> melaporkan bahwa tingkat prevalensi kelebihan berat badan atau obesitas menjadi 47.2% di antara guru menunjukkan obesitas sebagai masalah kesehatan utama di antara guru sekolah. Kelebihan berat badan ( $IMT 25 - 26.9 \text{ Kg/m}^2$ ) atau obesitas ( $IMT \geq 27 \text{ Kg/m}^2$ ) telah dianggap menjadi faktor risiko utama terhadap beberapa penyakit kronis termasuk penyakit jantung koroner, hipertensi, kolesterol, dan diabetes

Obesitas dapat terjadi karena beberapa faktor yang memengaruhi. Penyebab obesitas, diantaranya yaitu determinan langsung, determinan tidak langsung, dan determinan akar masalah. Pola makan dan aktifitas fisik merupakan determinan langsung obesitas. Pola makan merupakan jenis makanan, jumlah makanan yang dikonsumsi, dan frekuensi konsumsi makanan yang mengandung zat energi, protein, lemak, karbohidrat. Aktifitas fisik adalah suatu kegiatan sehari yang dapat menghasilkan energi dan melakukan secara terencana terstruktur dan terprogram dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani (Ulilalbab et al., 2017).

Menurut Kemenkes, obesitas timbul akibat dari tingginya asupan makanan/minuman yang memiliki kandungan zat gizi energi, lemak jenuh, gula dan garam tambahan. Selain itu juga kurangnya konsumsi sayuran, buah-buahan, dan sereal utuh. Selain dari faktor asupan makanan, terdapat pula faktor aktifitas fisik yang kurang (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Asupan makanan merupakan faktor yang dapat mengakibatkan obesitas. Jajanan merupakan salah satu dari jenis makanan yang dikonsumsi. Konsumsi jajanan merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap obesitas dibandingkan dengan faktor aktivitas fisik, lama screen time, dan durasi tidur (Suraya, 2018).

Kemudian menurut Adam, Umboh, & Warouw tiga variabel yang berhubungan dengan kejadian obesitas yaitu pendapatan keluarga, frekuensi konsumsi fast food, dan aktivitas fisik (Adam, Umboh, & Warouw, 2013).

Penelitian yang dilakukan di Kota Semarang, mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kontribusi makanan western fast food, makanan jajanan lokal dan tingkat aktivitas fisik terhadap obesitas (Pramono & Sulchan, 2014). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa aktivitas fisik, frekuensi camilan tinggi, jenis camilan gorengan, berat camilan dan asupan camilan tinggi berpeluang lebih besar meningkatkan obesitas remaja (Irdianty, Sudargo, & Hakimi, 2016).

### Kesimpulan dan Saran

Tingginya prevalensi obesitas pada tenaga kependidikan akibat beberapa faktor risiko seperti ukuran lingkaran pinggang > 80 cm, kebiasaan konsumsi fast food, tidak melakukan diet. Faktor risiko paling dominan dan sebagai prediktor utama adalah kebiasaan konsumsi fast food. Selain itu, prevalensi obesitas berkaitan dengan beberapa penyakit tidak menular seperti hipertensi dan radang sendi. Saran, tetap diperlukan program pendidikan gizi dan kesehatan kepada tenaga kependidikan yang berfokus pada berbagai pola hidup sehat, konsumsi makanan seimbang, kegiatan aktivitas fisik, serta pemeriksaan kesehatan berkala untuk menjaga tubuh tetap sehat dan bugar. Kegiatan tersebut dapat dilakukan melalui webinar, pelatihan-pelatihan.

### Referensi

- Balitbangkes. Laporan Nasional Riskesdas Tahun 2018. (2018).
- Bhurosy, T. & Jeewon, R. Overweight and obesity epidemic in developing countries: a problem with diet, physical activity, or socioeconomic status? *Sci. World J.* 2014, (2014).
- Elmajnoun, H. K., Elhag, M. R. A., Mohamed, H., Haris, P. I. & Abu-Median, A.-B. Ramadan 2020 in the Midst of the COVID-19 Pandemic: Guidance for Public Health. Library Learning Service, De Montfort University (De Montfort University, 2020).
- Monica, S. J. & John, S. Risk Factors Contributing to Dyslipidemia among Female School Teachers. *J. Krishna Inst. Med. Sci.* 7, (2018).
- Health among the College Teachers. *Annamalai Int. J. Bus. Stud. Res.* 6, (2014).
- Karikatti, S. S., Naik, V. A., Hallappanavar, A. B. & Mallapur, M. D. Assessing Risk of
- Purwanto, A., Asbari, M., Fahlevi, M., Mufid, A., Agistiawati, E., Cahyono, Y., & Suryani, P. Impact of Work From Home (WFH) on Indonesian Teachers Performance During the Covid-19 Pandemic: An Exploratory Study. *Int. J. Adv. Sci. Technol.* 29, 6235– 6244 (2020)
- Rachmi, C. N., Li, M. & Baur, L. A. Overweight and obesity in Indonesia: prevalence and risk factors—a literature review. *Public Health* 147, 20–29 (2017).
- Sumar, W. W. T. Implementasi Kesetaraan Gender Dalam Bidang Pendidikan. *J. Musawa IAIN Palu* 7, 158–182 (2015).

Tuwu, D. Peran Pekerja Perempuan Dalam Memenuhi Ekonomi Keluarga: Dari Peran Domestik Menuju Sektor Publik. *Al-Izzah J. Hasil-Hasil Penelit.* 13, 63–76 (2018).

WHO. World Health Statistics 2012. Global Health Observatory (GHO) data (2012).