

BAB I

PENDAULUAN

1.1 Latar Belakang

Coronavirus atau Covid-19 merupakan virus jenis baru yang pertama kali ditemukan di Wuhan Cina Desember 2019. *World Health Organization* (WHO) secara resmi mengumumkan bahwa Covid-19 menjadi pandemi global sejak maret 2020 (Kemenkes RI 2021). Kasus terkonfirmasi di Indonesia 27 Juni 2021 2.115.304 orang, pandemi Covid-19 memberikan dampak yang sangat signifikan dan memberikan dampak negatif pada remaja terutama saat pemberlakuan PSBB, karena banyak aktivitas yang di batasi sehingga aktivitas yang biasa di lakukan diluar rumah harus dilakukan didalam rumah mulai dari sekolah, bekerja, bermain, sehingga waktu untuk menggunakan *smartphone* atau komputer lebih sering, mengkonsumsi makan cepat saji lebih meningkat dan mengkonsumsi makanan yang kurang tepat dapat memicu obesitas (Akulwar – Tajane et al., 2020; Abbas et al., 2020). Direktur Gizi Masyarakat Dr. Dhian Dipo menuturkan bahwa dalam kondisi pandemi saat ini peningkatan berat badan atau obesitas meningkat (Kemenkes RI 2021).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, masalah obesitas di Indonesia pada remaja usia 13-18 tahun, prevalensi obesitas remaja usia 13-15 tahun 16,0% dan remaja usia 16-18 tahun 13,5% (Kemenkes RI). Menurut Laporan

PSG 2017 di Jawa Barat terjadi kenaikan prevalensi status gizi gemuk atau obesitas 23,1% untuk remaja 12-18 tahun. Menurut Laporan Penduduk Berdasarkan Kelompok Umur 15-19 tahun sebanyak 2027 dengan jumlah laki-laki 1108 dan perempuan 919 (Sumber data kelurahan warung muncang). Menurut Permenkes No. 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun.

Pada masa remaja perubahan fisik berlangsung sangat cepat, pertumbuhan pada remaja akan mempengaruhi status kesehatan dan status gizi (Sulistyoningsih, 2012). Salah satu masalah gizi yang ditemukan pada remaja adalah gizi lebih atau obesitas yang terjadi karena kelebihan konsumsi makanan. Obesitas merupakan akumulasi lemak berlebihan yang bisa mengganggu kesehatan (WHO, 2019). Remaja dengan obesitas dapat mempengaruhi kemampuan dan sistem kerja otaknya, karena pada masa remaja ini mereka membutuhkan ruang gerak untuk mengeksplor banyak hal. Remaja dengan obesitas juga umumnya kesulitan untuk bergerak karena masa tubuhnya yang berlebih, jika ruang geraknya sempit akibat berat badan yang berlebih, maka segala keinginan remaja tersebut akan terhambat.

Obesitas dapat mengalami komplikasi seperti penyakit kardiovaskular, diabetes mellitus, kanker, osteoarthritis (Kementerian Kesehatan RI, 2012). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan obesitas seperti: keturunan, jenis kelamin, usia, konsumsi makanan cepat saji, faktor biologis, keluarga, sosial ekonomi dan kurang aktivitas fisik (Riswanti Septiani, 2018).

Aktifitas fisik yang kurang merupakan salah satu faktor pendorong dalam peningkatan resiko kegemukan atau obesitas, sebab jumlah kalori yang dibakar lebih sedikit dibandingkan dengan kalori yang dikonsumsi sehingga berpotensi menimbulkan penimbunan lemak berlebih pada tubuh atau obesitas. Faktor kurangnya aktifitas fisik yang terjadi pada remaja yaitu karena jadwal sekolah yang padat, kebiasaan setelah pulang sekolah langsung menonton tv atau bahkan berbaring tanpa melakukan aktivitas fisik (Kurdanti dkk, 2015). Berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk menanggulangi obesitas diantaranya dengan melakukan perubahan pola makan, aktivitas fisik bahkan terapi obat-obatan dan operasi bila diperlukan (Masrul, 2018).

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ferinawati pada tahun 2018, di SMAN 1 Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen, hasil dari penelitian ini didapatkan hasil uji regresi logistik sebagai variabel yang berpengaruh dilakukan ternyata aktivitas fisik yang memiliki pengaruh besar terhadap kejadian obesitas pada remaja dan hasil penelitian menunjukkan aktivitas remaja dengan kategori ringan 78,0% dan kategori berat 22,0%, pada kelompok kontrol dapat dilihat bahwa 36,6% remaja memiliki aktivitas ringan dan aktivitas berat 63,4%, berdasarkan nilai p ada pengaruh antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas. Aktivitas fisik yang ringan 6 kali beresiko mengalami obesitas dibandingkan remaja yang melakukan aktivitas fisik berat.

Menurut Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Retno dan Intan tahun 2019, Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Mataram, hasil dari penelitian ini didapatkan hasil ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan obesitas atau IMT dengan nilai ($p = 0,048$: $OR = 3,3$) sehingga aktivitas fisik ringan berpeluang lebih besar 3,3 kali mengakibatkan obesitas dibandingkan dengan aktivitas fisik sedang.

Di lingkungan cibuntu rt 08, terlihat banyak remaja yang melakukan aktivitas fisik dengan berbagai aktivitas, mulai dari aktivitas fisik yang ringan sampai yang berat. Aktivitas ringan yang biasa dilakukan remaja dengan menonton tv atau hanya duduk sambil mengobrol dengan temannya, ada juga remaja yang melakukan aktivitas sedang seperti membereskan kamar atau melakukan aktivitas seperti mengepel menyapu di rumah, ada juga yang rajin melakukan aktivitas fisik berat seperti berolahraga yang biasa dilakukan 1x dalam seminggu seperti lari. Di lingkungan cibuntu rt 08 baik sebelum pandemi maupun sesudah pandemi tiap minggunya selalu diadakan kegiatan seperti gotong royong, senam dan jalan sehat, tetapi karena kondisi pandemi saat ini terus meningkat, sehingga kegiatan tersebut hanya berjalan senam saja dengan protokol kesehatan atau dilakukan di rumah masing dengan pemandu, kegiatan yang diadakan ini sangatlah jarang diikuti oleh remaja, remaja yang mengikuti paling banyak 5 orang. Sehingga aktivitas fisik yang dilakukan remaja dapat mempengaruhi kejadian obesitas.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan mewawancarai remaja sebanyak 15 orang di rt 08 cibuntu. Ada 4 remaja obesitas dan ada 5 remaja yang tidak obesitas saat di lakukan wawancara mereka sehari-hari beraktivitas seperti: bermain sosial media, menonton drama/film, tiduran, sesekali memebreskan kamarnya atau mengerjakan tugas yang harus dikerjakan, remaja tersebut mengatakan bahwa ia akan keluar ketika ia akan ke kamar mandi, merasa lapar atau ketika ia akan pergi keluar dan remaja tersebut mengatakan bahwa ia lebih sering menghabiskan waktunya didalam kamar. Ada 2 remaja dengan obesitas ia mengatakan bahwa ia sering melakukan aktivitas seperti: membereskan rumah, mencuci baju/piring, mengepel, sesekali bermain badminton pada pagi atau sore hari dan biasanya saat malam hari ia sering melakukan latihan-latihan fisik seperti: sit up dan plank, sedangkan 1 remaja yang tidak obesitas biasanya ia sering melakukan aktivitas seperti: berjalan-jalan sekitaran rumah disore hari, karena orang tuanya berjualan ia juga sering membantu orang tuanya yang berjualan, mencuci piring, mencuci gerobak orang tuanya. Ada 3 remaja yang tidak obesitas ia mengatakan bahwa ia sering melakukan aktivitas-aktivitas olahraga seperti: berenang, lari, bermain sepak bola, bersepeda dan ia mengatakan bahwa ia sering melakukan aktivitas tersebut 3-4 kali dalam seminggu.

Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk mengetahui Gambaran Aktivitas Fisik Pada Remaja Di Rt 08 Cibuntu Kota Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimanakah Gambaran Aktivitas Fisik Pada Remaja Di Rt 08 Cibuntu Kota Bandung?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Gambaran Aktivitas Fisik Pada Remaja Di Rt 08 Cibuntu Kota Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi landasan dalam pengembangan kesehatan pada remaja untuk mengurangi angka obesitas dan dapat menjadi pengetahuan ilmiah di Bidang Keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi ilmiah yang dapat bermanfaat dan menambah literatur kepustakaan kepada mahasiswa dan dosen sehingga dapat lebih memahami Gambaran Aktivitas Fisik Pada Remaja Di Rt 08 Cibuntu Kota Bandung.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini sebagai data dasar untuk peneliti selanjutnya dan dapat dikembangkan lagi dengan melihat tingkat aktivitas fisik dan faktor-faktor obesitas pada remaja.

3) Bagi Remaja

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan motivasi untuk para remaja lebih meningkatkan aktivitas fisik dan sebagai gambaran untuk mengurangi resiko obesitas

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui aktivitas fisik pada remaja di rt 08 cibuntu Kota Bandung. Bentuk penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain deskriptif. Target penelitian ini remaja usia 15-18 tahun di rt 08 cibuntu. Teknik pengambilan sample *accidental* sampling yaitu mengambil responden yang kebetulan ada atau tersedia. Penelitian ini akan dilakukan di Rt 08 Cibuntu Kota Bandung pada akhir bulan Mei- Agustus 2021.