

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Dekade 10 tahun terakhir, prevalensi obesitas terus meningkat di seluruh dunia yang menjadikan obesitas sebagai suatu epidemi global (Utami *et al.*, 2018). Obesitas dapat terjadi baik di negara maju maupun negara berkembang, semua strata sosial dan ekonomi serta dapat mengenai berbagai usia. Sekitar 17% anak dan remaja di Amerika Serikat mengalami obesitas (Utami *et al.*, 2018). Riset kesehatan dasar (Riskesdas, 2013) melaporkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi obesitas pada anak di Indonesia. Pada kelompok anak usia 16-18 tahun terjadi peningkatan dari 1,4% pada tahun 2010 menjadi 7,3% pada tahun 2013 (Riskesdas, 2013).

WHO (*World Health Organization*) mengatakan obesitas adalah factor predisposisi dari sejumlah penyakit kronis. Obesitas pada anak merupakan suatu krisis kesehatan pada masyarakat secara global. Hal ini disebabkan oleh ketidakseimbangan antara asupan kalori dengan jumlah kalori yang digunakan. Obesitas pada anak telah meningkat dua kali lipat dan pada remaja sebanyak tiga kali lipat dibandingkan dengan 30 tahun lalu. Di Amerika Serikat persentase remaja berusia 12-19 tahun yang mengalami obesitas pada tahun 1980 sebanyak 5% dan meningkat menjadi 18% pada tahun 2010, dimana lebih dari sepertiga anak-anak dan remaja mengalami obesitas (Uttari & Sidiartha, 2017). Apabila tidak tertangani dengan baik,

obesitas pada usia muda mampu menjadi beban baru bagi masyarakat seperti meningkatnya masalah kesehatan, menurunnya kualitas hidup dan produktivitas kerja.

Obesitas dipengaruhi oleh kombinasi antara faktor genetik dan lingkungan. Faktor lingkungan seperti aktivitas fisik yang rendah merupakan faktor penentu utama obesitas. Era digital seperti sekarang ini, dapat dipastikan bahwa tidak ada anak yang tidak terpapar gadget, televisi, video *games*, dan layar komputer dalam waktu yang tinggi atau disebut *screen time*.

*Screen time* yang tinggi merupakan fenomena baru yang berdampak pada timbulnya gizi lebih. Paparan layar atau *screen time* secara langsung berhubungan dengan tingkat aktivitas fisik yang rendah karena tergolong aktivitas sedentary (Utami *et al.*, 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *screen time* yang lebih dari 2jam/hari pada anak dan remaja dengan resiko obesitas terhadap anak dan remaja tersebut (Utami *et al.*, 2018). Selain anak menjadi cenderung kurang aktif/sedentari, remaja juga menjadi terpapar iklan yang tinggi dimana 98% produk makanan yang banyak muncul di iklan televisi adalah makanan yang tinggi lemak, gula, dan garam (Utami *et al.*, 2018).

Paparan *screen time* dianggap berdampak terhadap timbulnya obesitas karena di televisi dan handphone jumlah paparan asupan yang berlebih salah satunya disebabkan oleh tingginya konsumsi makanan yang kurang sehat tinggi gula tambahan dan lemak pada makanan yang populer di kalangan

remaja. Remaja menjadi salah satu sasaran marketing produk-produk makanan yang kurang sehat melalui berbagai media salah satunya televisi dan handphone. Di samping itu, tingginya waktu *screen time* seperti menonton televisi dan juga menggunakan video games dalam keseharian mampu meningkatkan aktivitas sedentari yang menurunkan pengeluaran energi sehingga berisiko mengalami penumpukann energi berlebih dalam tubuh dalam bentuk lemak. Remaja merupakan populasi yang memiliki paparan *screen time* terutama televisi dan komputer memiliki risiko yang tinggi akan timbulnya obesitas pada jangka panjang. Padahal remaja merupakan masa terjadinya tumbuh kembang dimana terjadi banyak perubahan terutama secara fisik sehingga perlu didukung dengan status gizi yang optimal. Berdasarkan permasalahan di atas, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan paparan *screen time* terhadap timbulnya obesitas pada usia remaja 16-19 tahun di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana *Screen time* > 2 jam dengan Status Obesitas pada Usia Remaja 16-19 Tahun di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui *screen time* dengan status obesitas pada usia remaja 16-19 tahun di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui kejadian *screen time* > 2 jam pada remaja di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022.
- b. Untuk mengetahui *screen time* >2 jam dengan status obesitas pada usia remaja 16-19 tahun di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022.
- c. Untuk menganalisis kejadian *screen time* dengan status obesitas pada usia remaja 16-19 tahun di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Penelitian bagi Masyarakat atau Institusi Terkait

Memberi informasi dan wawasan kepada masyarakat tentang *screen time* > 2 jam dengan status obesitas pada usia remaja 16-19 tahun di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022.

Menjadikan pedoman bagi masyarakat tentang pengaruh *screen time* terhadap kejadian obesitas pada remaja

### 2. Manfaat untuk Ilmu Pengetahuan

Menambah pengetahuan tentang *screen time* > jam dengan status obesitas pada usia remaja 16-19 tahun di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022, sehingga dapat menjadikan panduan untuk penelitian selanjutnya tentang *screen time* dengan status obesitas pada usia remaja 16-19 tahun di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022

### 3. Manfaat untuk peneliti

Seluruh rangkaian kegiatan dan hasil penelitian diharapkan dapat menambah penguasaan ilmu pengetahuan dan wawasan yang dipelajari selama mengikuti program perkuliahan Ilmu Kedokteran Umum di Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Kepada peneliti, penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai *screen time* > jam dengan status obesitas pada usia remaja 16-19 tahun di SMAN 3 Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022 untuk dikembangkan lagi dalam penelitian selanjutnya dan sebagai salah satu kewajiban Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu dalam bidang penelitian.