

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Status gizi adalah suatu keseimbangan antara asupan gizi dan kebutuhan yang terjadi di dalam tubuh dan hal tersebut dapat dilihat dari antropometri, biokimia, klinis, dan diet.¹ Status gizi pada orang dewasa dipengaruhi oleh kebiasaan dalam mengkonsumsi asupan setiap harinya. Tidak jarang, orang dewasa susah untuk mengontrol asupan makanan sehingga mengakibatkan kelebihan gizi atau obesitas. Pengukuran indeks masa tubuh (IMT) merupakan pilihan yang tepat untuk mengukur status gizi seseorang, dikarenakan pengukuran ini sangat sensitif terhadap perubahan, pengukurannya secara objektif, dan dapat diulang.² Pengukuran lingkaran leher dan lingkaran perut dapat digunakan juga untuk mengukur status gizi seseorang.

Saat ini menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, penderita obesitas selalu meningkat dari tahun ke tahun.³ Terdapat 2,8 juta orang meninggal di seluruh dunia setiap tahun akibat berat badan yang berlebih atau obesitas.⁴ Selain dampaknya secara global, obesitas di Indonesia juga merupakan masalah yang dapat terjadi pada semua kelompok umur dan pada semua strata sosial ekonomi. Obesitas dapat mengganggu kesehatan karena dapat menjadi faktor risiko berbagai penyakit degeneratif seperti diabetes melitus, penyakit kardiovaskular dan hipertensi.⁵

Faktor yang dapat menyebabkan obesitas yakni ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar, sehingga kelebihan energi ini akan disimpan dalam bentuk lemak dan jaringan lemak dan berakibat pada bertambahnya berat badan. Laki-laki lebih banyak menyimpan lemak di daerah intra abdominal dan tubuh bagian atas (bahu, abdomen, dan leher).⁶ Meningkatnya besar lingkaran leher bisa dikarenakan oleh dua hal, yakni disebabkan karena adanya perpindahan cairan dari kaki ke leher yang

meningkat pada waktu malam hari yang disebabkan karena posisi tidur yang terlentang⁷ dan juga bisa dikarenakan oleh lemak tubuh bagian atas dan lemak visceral memiliki kapasitas yang tinggi untuk menyimpan lemak sehingga terjadi obstruksi pada saluran napas bagian atas.⁸ Hasil penelitian Shigeta (2008) menyebutkan bahwa lingkaran leher erat kaitannya dengan persentase lemak total pada penderita *obstructive sleep apnea* yang obesitas.

Selama tiga dekade terakhir, tidur dan gangguan tidur telah mendapatkan perhatian di bidang kesehatan.⁹ Salah satunya adalah *excessive daytime sleepiness (EDS)* akibat dari kurangnya frekuensi dan durasi tidur yang cukup serta peningkatan berat badan atau obesitas karena kurangnya aktivitas fisik. Hal tersebut permasalahan yang sering dihadapi mahasiswa adalah kegagalan dalam mengelola waktu yang berakibat kurangnya porsi aktivitas fisik serta durasi waktu istirahat atau tidur yang cukup sehingga berhubungan dengan penurunan kualitas kesehatan maupun kehidupan seseorang di masyarakat.¹⁰ Kurangnya frekuensi dan durasi tidur yang cukup serta obesitas merupakan faktor risiko penting pada penyakit yang dikenal dengan *obstructive sleep apnea*.

Obstructive sleep apnea juga berimbas negatif pada produktivitas dan kualitas hidup, kelelahan, dan gangguan memori.¹¹ Hal ini tentu menjadi salah satu masalah yang dapat mengganggu produktivitas mahasiswa dan juga meningkatnya prevalensi obesitas di Indonesia juga semakin meningkat setiap tahunnya membuat peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Status Gizi dan Faktor-Faktor Determinan Lain dengan Terjadinya Gejala *Obstructive Sleep Apnea* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan”.

1. 2. Perumusan Masalah

Status gizi yang berlebih atau biasa disebut dengan obesitas dapat dikarenakan oleh mahasiswa yang mengalami *excessive daytime sleepiness* yaitu kurangnya waktu tidur dan kurangnya aktivitas fisik. Obesitas ini lah

yang dapat menjadi salah satu faktor risiko *obstructive sleep apnea*. Hal tersebut dapat mengganggu kualitas hidup serta produktivitas pada mahasiswa dan dapat menjadi permasalahan serius. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti lebih spesifik tentang hubungan terjadinya *obstructive sleep apnea* pada mahasiswa dengan indeks masa tubuh yang obesitas dan dibandingkan dengan yang tidak obesitas, beserta faktor determinan yang ikut diteliti.

1.3. Pertanyaan penelitian

- Hubungan status gizi yang diukur menggunakan indeks masa tubuh terhadap terjadinya *obstructive sleep apnea*?
- Berapa prevalensi mahasiswa-mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan terhadap terjadinya *obstructive sleep apnea*?
- Faktor apa saja yang turut berkontribusi terhadap terjadinya *obstructive sleep apnea*?

1. 4. Tujuan Penelitian

1. 4. 1 Tujuan Umum

- Untuk mencari hubungan status gizi yang diukur menggunakan indeks masa tubuh dan faktor-faktor determinan lain dengan terjadinya *obstructive sleep apnea* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1. 4. 2 Tujuan Khusus

- Membuktikan bahwa adanya hubungan antara prevalensi *obstructive sleep apnea* dan hubungan faktor-faktor determinan lain seperti lingkaran leher, aktifitas fisik, dan jenis kelamin dengan terjadinya *obstructive sleep apnea* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1. 5. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat, antara lain sebagai berikut:

1. 5. 1 Manfaat Akademik

- Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran hubungan status gizi dan faktor-faktor determinan lain dengan terjadinya *obstructive sleep apnea* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- Penelitian ini diharapkan dapat sebagai rujukan bacaan di Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan khususnya.

1. 5. 2 Manfaat Praktis

- Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat khususnya bagi responden yang mengalami obesitas agar mampu mendapatkan informasi mengenai dampak obesitas terhadap *obstructive sleep apnea*.
- Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat khususnya bagi responden yang mengalami obesitas agar mampu mencegah terjadinya gejala *obstructive sleep apnea*.