

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas sentral adalah pengendapan lemak visceral yang berlebihan di daerah perut atau abdomen sehingga bisa menimbulkan efek negatif pada kesehatan.¹ Prevalensi obesitas sentral di Indonesia terus meningkat dari 18.8% di tahun 2007 menjadi 26.6% di tahun 2013.² Penelitian terbaru menemukan bahwa konsekuensi yang didapat apabila seseorang menderita obesitas sentral akan jauh lebih parah jika dibandingkan dengan penderita obesitas umum.^{3,4} Sebuah studi oleh Lee *et al.* menemukan bahwa pasien dengan obesitas sentral memiliki peningkatan risiko sebanyak 50% untuk mengidap berbagai macam kanker dan penyakit-penyakit degeneratif seperti aterosklerosis.⁵ Obesitas sentral juga dinyatakan sebagai indikator yang lebih baik untuk terjadinya penyakit metabolik seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes mellitus, hipertensi, resistensi insulin dan dislipidemia dibandingkan obesitas umum.⁶ Walaupun orang memiliki index mass tubuh (IMT) yang normal, namun peningkatan lingkaran pinggang ataupun peningkatan rasio pinggang terhadap pinggul yang menandakan obesitas sentral, berkontribusi untuk menimbulkan berbagai macam penyakit ataupun komplikasi.⁴ Oleh karena itu, penelitian yang dilakukan saat ini harus lebih fokus terhadap distribusi dan letak dari penumpukan lemak daripada sekedar mengukur/memperhatikan berat badan dan obesitas umum.

Selanjutnya, Indonesia adalah salah satu dari tiga negara dengan konsumsi rokok terbesar di dunia, dengan kedudukan ketiga (4.8%) setelah Cina (28%) dan India (11%).⁷ Merokok sudah terbukti sebagai salah satu masalah nasional yang merugikan bagi masyarakat Indonesia terutama bagi kaum laki-laki. Dua pertiga pria Indonesia (67%) merokok tembakau.⁸ Meskipun masyarakat telah menyadari dampak buruk dari rokok terhadap kesehatan, banyak orang tetap memilih untuk merokok atau tidak dapat berhenti. Kecanduan nikotin adalah alasan utama perokok gagal berhenti merokok. Namun selain itu ada kepercayaan umum, terutama di

kalangan remaja, bahwa merokok adalah cara efektif untuk pengendalian berat badan.⁹ Peningkatan kesadaran efek buruk dari obesitas, bersamaan dengan tekanan sosial untuk terlihat langsing dan kecemasan naiknya berat badan, dapat mendorong orang mulai merokok sebagai alat untuk mengontrol berat badan.¹⁰ Sebaliknya orang gagal menyadari bahwa konsekuensi merokok dapat menyebabkan efek kesehatan lebih parah, yang terkait dengan obesitas sentral. Pencegahan dan pemberhentian merokok justru lebih penting dalam meningkatkan kesehatan secara keseluruhan.¹¹

Obesitas sentral dan merokok adalah beberapa penyebab utama dari kematian yang dapat dicegah di dunia saat ini. Merokok sendiri berperan atas kematian 4.9 juta orang setiap tahunnya, dan obesitas sentral sekarang diakui sebagai salah satu penyebab kesehatan buruk yang meningkatkan risiko banyak penyakit fatal.¹² Ketika merokok dan obesitas sentral terjadi pada saat yang bersamaan, ini dapat menimbulkan efek negatif bagi kesehatan yang lebih besar lagi. Merokok dan obesitas sentral juga merupakan faktor risiko independen terhadap etiologi penyakit jantung koroner, jika keduanya terjadi pada saat yang sama, maka akan menimbulkan efek kelipatan ganda.¹³

Hubungan antara merokok dengan obesitas sentral sangat kompleks, dan masih kontroversial. Penelitian yang dipublikasikan juga menunjukkan hasil yang bertentangan dan tidak konsisten.^{4,8,11} Di satu sisi nikotin meningkatkan pengeluaran energi dan bisa mengurangi nafsu makan. Ini menjelaskan mengapa banyak penelitian melaporkan bahwa perokok cenderung memiliki berat IMT lebih rendah daripada bukan perokok. Di sisi lain merokok dapat mempengaruhi distribusi lemak tubuh abnormal, yang mendukung akumulasi lemak abdominal dan menyebabkan obesitas sentral. Ini telah didukung banyak studi yang mengevaluasi bentuk tubuh. Penemuan paradoks yang terkenal menyatakan bahwa para perokok cenderung memiliki IMT yang lebih rendah namun ukuran lingkaran pinggang yang meningkat.^{1,2,7,9} Efek ketidakseimbangan hormon seks, kortisol dan resistensi insulin dilaporkan sebagai penyebab utama dari pengendapan lemak di bagian abdomen. Dengan demikian perubahan paradoks ini menunjukkan efek berbahaya dari merokok terhadap pola distribusi lemak tubuh.^{4,6,12} Interaksi yang berbahaya dan merugikan antara merokok dan obesitas sentral masih tidak terlalu

banyak dimengerti di kalangan umum, sehingga perlu ditegaskan dan ditelusuri lebih lanjut.

1.2 Perumusan Masalah

Meningkatnya populasi yang menderita obesitas, serta kebiasaan merokok yang tidak kunjung menurun di Indonesia, menyebabkan pentingnya untuk dilakukan penelitian ini.² Jika ditinjau secara individual, obesitas dan merokok masing-masing memiliki efek yang merugikan bagi kesehatan masyarakat. Apabila keduanya digabungkan maka, dapat dipastikan bahwa efek yang dihasilkan akan jauh lebih parah seperti meningkatkan risiko penyakit kronis dan degeneratif layaknya sindroma metabolik, penyakit kardiovaskuler dan juga kematian.^{12,14}

Sampai saat ini, banyak studi yang dilakukan mengenai korelasi antara merokok dan obesitas, namun hasil-hasil yang didapat tidak konsisten dan bertolak belakang satu dengan yang lain.^{6,8,14} Namun di Indonesia, penelitian mengenai obesitas sendiri masih jarang dilakukan. Diharapkan agar penelitian mengenai hubungan antara merokok dan obesitas sentral dapat difokuskan kepada orang Indonesia karena orang Indonesia memiliki standar lingkaran pinggang berbeda dengan orang asing, dan juga kebiasaan dan gaya hidup yang berbeda dengan orang di negara maju.^{15,16} Data yang sudah ada di Indonesia juga kebanyakan dilakukan pada kalangan ibu rumah tangga, sedangkan dominan populasi perokok adalah pria paruh baya.⁸

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara status merokok dengan obesitas sentral pada pria dewasa di Tangerang?

1.4 Tujuan Umum dan Khusus

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya hubungan antara status merokok terhadap obesitas sentral pada pria dewasa di Tangerang.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui hubungan antara derajat merokok terhadap obesitas sentral pada pria dewasa di Tangerang.
2. Untuk mengetahui hubungan antara status merokok terhadap obesitas sentral pada pria dewasa di Tangerang, setelah mempertimbangkan faktor umur, tingkat kependidikan, tingkat aktivitas fisik, tingkat stres dan konsumsi alkohol.

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Akademik

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, informasi dan wawasan mengenai bagaimana merokok bisa mempengaruhi obesitas sentral.
- 2) Penelitian ini diharapkan bisa menjadi salah satu pengalaman untuk membuat penelitian bagi peneliti.
- 3) Penelitian ini diharapkan bisa menambah data epidemiologi pada populasi pria dewasa di Indonesia, khususnya di Tangerang, mengenai obesitas sentral.

1.5.2 Manfaat Praktis

- 1) Penelitian ini diharapkan bisa meningkatkan kesadaran akan efek merokok terhadap obesitas sentral dalam masyarakat Indonesia.
- 2) Penelitian ini diharapkan dapat membantu para praktisi untuk melakukan edukasi kepada pasien mengenai dampak merokok terhadap obesitas sentral, serta memperoleh tubuh yang lebih sehat sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya obesitas sentral.
- 3) Para praktisi diharapkan bisa membantu pasien melakukan pencegahan obesitas sentral dan penyakit yang berhubungan dengan mendorong pasien untuk berhenti atau mengurangi merokok.