

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

OSA (*Obstructive Sleep Apnea*) adalah gangguan pernafasan kronis dan umum yang berhubungan dengan tidur. OSA ditandai dengan penyempitan dan penyumbatan saluran napas faring secara periodik saat tidur.¹ OSA yang tidak ditatalaksana dengan baik dapat menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang seperti gangguan jantung, gangguan sistem metabolik, gangguan kognitif, kualitas tidur buruk, nokturia, nyeri kepala pagi hari, iritabilitas, dan gangguan memori. Selain itu, OSA juga dikaitkan dengan penurunan produktivitas kerja, kecelakaan kerja, dan kecelakaan lalu lintas yang dapat menyebabkan cedera ringan hingga berat.²

Berdasarkan penelitian di *Oxford University* tahun 2021, diperkirakan 1 miliar orang di seluruh dunia mengalami OSA.³ Sementara itu, prevalensi dari OSA di Indonesia belum diketahui secara pasti karena penelitian berskala nasional belum pernah dilakukan. Namun, diperkirakan angka kejadian OSA pada laki-laki sekitar 4% dan wanita sekitar 2% dari total penduduk di Indonesia yaitu sebanyak 278 juta orang. Terdapat beberapa faktor risiko yang menyebabkan OSA yaitu usia, jenis kelamin, ukuran dan bentuk jalan napas, gaya hidup, dan yang paling umum adalah kelebihan berat badan.⁴

Menurut data dari WHO (*World Health Organization*) tahun 2016, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, dan lebih dari 650 juta orang dewasa mengalami obesitas.⁵ Di Indonesia, kelebihan

berat badan semakin menjadi tantangan utama kesehatan masyarakat, di samping bentuk kekurangan gizi lainnya seperti *stunting* dan *wasting*. Berdasarkan data analisis UNICEF tahun 2018, 1 dari 5 anak usia sekolah (20 persen, atau 7,6 juta), 1 dari 7 remaja (14,8 persen, atau 3,3 juta) dan 1 dari 3 orang dewasa (35,5 persen, atau 64,4 juta) mengalami kelebihan berat badan.⁶

Terdapat beberapa faktor risiko yang dapat memicu kondisi kelebihan berat badan, seperti pola makan tidak sehat, kualitas tidur yang kurang baik, kurangnya aktivitas fisik, dan tingginya tingkat stres. Salah satu populasi rentan terhadap faktor-faktor tersebut adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung, dari 32 orang sebanyak 31,3% mengalami kelebihan berat badan.⁷ Hal ini dapat disebabkan karena mahasiswa Fakultas Kedokteran sering dihadapkan dengan kegagalan dalam mengelola waktu akibat banyaknya tugas, materi pembelajaran, berbagai kegiatan organisasi di lingkungan kampus yang dapat memicu stress dan mengakibatkan kurangnya aktivitas fisik serta pola makan yang tidak teratur atau berlebihan, sehingga berasosiasi dengan penurunan kualitas kesehatan yang dapat memicu kondisi kelebihan berat badan.

Kondisi kelebihan berat badan dapat menimbulkan berbagai komplikasi. Salah satunya adalah penyempitan jalan napas akibat akumulasi adiposa pada lokasi spesifik terutama leher. Hal ini dapat menyebabkan lumen saluran napas yang lebih kecil dan peningkatan *collapsibility* yang bisa memicu tertutupnya saluran atas

ketika otot dalam keadaan istirahat pada saat penderitanya tertidur yang berkontribusi terhadap kejadian OSA.⁸

Berdasarkan keterangan di atas, peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara kelebihan berat badan dengan tingkat risiko menderita OSA pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan. Harapannya dengan penelitian ini para mahasiswa dapat mengetahui apakah mereka berisiko rendah, sedang, atau tinggi menderita OSA, sehingga mereka dapat mengantisipasi dan melakukan tindakan yang tepat jika ternyata berisiko tinggi terkena OSA.

1.2 Rumusan Masalah

Belum ada penelitian yang mencari hubungan kelebihan berat badan dengan tingkat risiko menderita OSA. Penelitian yang telah banyak dilakukan adalah mengenai hubungan obesitas dengan risiko menderita OSA. Padahal, menurut data global, jumlah penduduk yang mengalami kelebihan berat badan lebih banyak dibandingkan obesitas.⁵ Kemudian berdasarkan penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung, dapat dilihat populasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran dengan kelebihan berat badan merupakan kelompok rentan yang selayaknya diperhatikan.⁷ Meninjau tingginya angka populasi rentan ini, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dalam lingkup mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- “Apakah terdapat hubungan sebab-akibat antara kelebihan berat badan dengan tingkat risiko menderita OSA pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?”
- "Apakah terdapat hubungan sebab-akibat antara kelebihan berat badan dengan lingkaran leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?"
- "Berapa prevalensi kelebihan berat badan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?"
- "Berapa prevalensi OSA pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?"

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui besar hubungan sebab-akibat antara kelebihan berat badan dengan tingkat risiko menderita OSA pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

- Mengetahui besar hubungan sebab-akibat antara kelebihan berat badan dengan lingkaran leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

- Mengetahui prevalensi kelebihan berat badan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- Mengetahui prevalensi OSA pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

Menjadi referensi bagi peneliti dan mahasiswa yang berminat dalam penelitian serupa.

1.5.2 Manfaat Praktis

Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan serta masyarakat luas tentang pentingnya gaya hidup sehat terutama pengelolaan berat badan agar dapat mengurangi konsekuensi kesehatan jangka panjang yang dapat ditimbulkan.