

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling mendesak dan terus meningkat prevalensinya di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Fenomena ini tidak hanya menjadi masalah estetika atau sosial, tetapi juga telah diakui sebagai faktor risiko utama untuk berbagai penyakit metabolik kronis, seperti diabetes melitus tipe 2, hipertensi, dan penyakit kardiovaskular. Obesitas didefinisikan sebagai kondisi penumpukan lemak tubuh yang berlebihan yang dapat mengganggu kesehatan individu, di mana Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah parameter yang umum digunakan untuk mengklasifikasikan status berat badan seseorang. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), obesitas semakin menjadi epidemi global karena berkontribusi signifikan pada beban penyakit di masyarakat modern (Anjaswari dkk., 2025)

Di Indonesia, prevalensi obesitas dan kelebihan berat badan meningkat drastis terutama di daerah perkotaan, termasuk Bali dan secara spesifik di wilayah Denpasar. Data survei nasional seperti Riskesdas menunjukkan bahwa obesitas menjadi masalah yang tidak bisa diabaikan di berbagai kelompok umur, terutama pada orang dewasa di wilayah perkotaan. Menurut data Survei Kesehatan Dasar (SKI) tahun 2023, prevalensi obesitas dewasa sebelumnya hanya sebesar 21,8% di tahun 2018, kemudian mengalami peningkatan hingga prevalensinya menginjak angka 23,4% di tahun 2023, dengan peningkatan signifikan di daerah perkotaan, di mana faktor risiko seperti konsumsi makanan cepat saji dan kurangnya aktivitas fisik menjadi dominan (SKI,2023). Provinsi

Bali merupakan salah satu dari 18 provinsi yang memiliki angka obesitas diatas nasional. Provinsi Bali memiliki 8 Kabupaten dan 1 Kota Madya. Angka obesitas tertinggi di Provinsi Bali yaitu di kota Denpasar 15,2%, data terendah Kabupaten Tabanan yaitu 12,6% . Sementara angka kejadian obesitas tertinggi terjadi di wilayah Denpasar Utara dengan persentase sebesar 75%. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Obesitas diketahui menyebabkan resistensi insulin, yaitu kondisi di mana sel-sel tubuh tidak merespon insulin dengan baik sehingga gula dalam darah tidak diserap secara maksimal. Ini disebabkan oleh perubahan biokimia dan hormon yang terjadi akibat penumpukan lemak berlebih, termasuk peningkatan asam lemak bebas, hormon adiponektin yang menurun, dan peningkatan sitokin (Paleva, 2019).

Kadar gula darah merupakan salah satu indikator penting untuk menilai kesehatan metabolik seseorang, terutama sebagai gambaran gangguan toleransi gula yang dapat menjadi awal mula terjadinya diabetes mellitus tipe 2(Paleva, 2019). Berdasarkan data *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2019, diperkirakan terdapat sekitar 463 juta orang di seluruh dunia berusia 20-79 tahun yang menderita diabetes, atau setara dengan 9,3% dari total populasi pada rentang usia tersebut. Di tingkat regional, Asia Tenggara menempati posisi ketiga dengan prevalensi mencapai 11,3% (Ismail & Septiawan, 2024). Menurut *World Health Organization* (WHO), jumlah penderita diabetes di Indonesia diperkirakan akan meningkat tajam, dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Peningkatan jumlah kasus ini juga diikuti

oleh bertambahnya 2,2 juta penderita baru setiap tahunnya, yang berdampak pada tingginya risiko penyakit kardiovaskular dan komplikasi lainnya.

Prevalensi dan jumlah kasus diabetes (total) di Indonesia dan di setiap provinsi diperkirakan juga meningkat cukup tinggi pada tahun 2020-2045. Secara nasional, prevalensi diabetes meningkat dari 9,19% pada tahun 2020 (18,69 juta kasus) menjadi 16,09% pada tahun 2045 (40,7 juta kasus). Terjadi peningkatan sebesar 75,1% dalam kurun waktu 25 tahun, dengan kenaikan prevalensi rata-rata sekitar 3% setiap tahun. Pada tahun 2045, Jakarta diperkirakan menjadi provinsi dengan prevalensi diabetes tertinggi (23,11%), sedangkan Nusa Tenggara Timur memiliki prevalensi terendah (8,91%). Jika ditinjau berdasarkan tujuh wilayah, Jawa-Bali menunjukkan rata-rata prevalensi diabetes paling tinggi (18,27%), sementara wilayah Nusa Tenggara merupakan yang terendah (10,87%)(Wahidin dkk., 2024).

Bali merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang juga menghadapi peningkatan kasus penyakit tidak menular, termasuk diabetes melitus. Di antara kabupaten atau kota yang ada, Denpasar tercatat sebagai wilayah dengan jumlah kasus diabetes melitus tertinggi di Provinsi Bali. Pada tahun 2022, jumlah kasus yang terdata mencapai 14.444 kasus. Selanjutnya, pada tahun 2023, distribusi kasus menunjukkan bahwa Kecamatan Denpasar Selatan menempati posisi tertinggi dengan 4.484 kasus, diikuti Denpasar Barat sebanyak 4.202 kasus, Denpasar Utara 3.223 kasus, dan Denpasar Timur 2.535 kasus (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2023).

Sejalan dengan data tersebut, angka kejadian diabetes melitus di Kecamatan Denpasar Utara juga menunjukkan tren peningkatan dalam beberapa tahun

terakhir. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Denpasar, jumlah kasus pada tahun 2021 tercatat sebanyak 2.737 orang dan meningkat menjadi 3.223 orang pada tahun 2023. Meskipun Kecamatan Denpasar Utara bukan wilayah dengan jumlah kasus tertinggi, angka kejadian yang mencapai 3.223 kasus tetap menunjukkan beban masalah kesehatan yang signifikan. Kondisi tersebut sejalan dengan data dari Puskesmas III Denpasar Utara yang menunjukkan tingginya proporsi kejadian obesitas dan diabetes melitus tipe 2 pada masyarakat dewasa di wilayah kerjanya. Selain itu, hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pratiwi (2020) dan Trisnadewi (2019) di wilayah Denpasar Utara juga menunjukkan bahwa obesitas pada orang dewasa memiliki hubungan yang signifikan dengan kadar gula darah. Temuan tersebut memperkuat bukti bahwa terdapat keterkaitan antara kondisi obesitas dan peningkatan kadar gula darah.

Berdasarkan survei awal penelitian yang telah dilakukan di Wilayah Puskesmas III Denpasar Utara oleh Trisnadewi (2019) ditemukan bahwa dari 51 responden, sebagian besar yaitu 66,7% teridentifikasi mengalami diabetes melitus tipe 2, sementara sisanya sebesar 33,3% tidak mengalami diabetes melitus tipe 2. Selain itu, data juga menunjukkan bahwa prevalensi obesitas sentral di antara responden cukup tinggi, yaitu sebanyak 62,7% responden mengalami obesitas sentral dan 37,3% berstatus normal. Tidak hanya itu, riwayat aktivitas fisik rendah juga ditemukan pada mayoritas responden, di mana 56,9% responden memiliki aktivitas fisik rendah, 41,1% aktivitas sedang, dan hanya 2,0% yang tergolong aktivitas fisik tinggi.

Salah satu desa yang berada di Kecamatan Denpasar Utara adalah Desa Dauh Puri Kaja, yang merupakan wilayah perkotaan dengan tingkat kepadatan penduduk yang cukup tinggi. Sebagai bagian dari kawasan perkotaan di Denpasar, desa ini tidak terlepas dari berbagai perubahan gaya hidup masyarakat yang terjadi seiring dengan perkembangan zaman. Perubahan tersebut berpengaruh terhadap ketidakseimbangan antara jumlah energi yang dikonsumsi dan energi yang dikeluarkan dalam kehidupan sehari-hari (Sapnita dkk., 2024).

Pergeseran pola hidup yang cenderung mengarah pada westernisasi serta rendahnya aktivitas fisik (sedentari) semakin umum ditemukan, khususnya di daerah perkotaan. Kondisi ini berdampak pada perubahan pola makan masyarakat yang beralih pada konsumsi makanan tinggi kalori, lemak, dan kolesterol, namun rendah serat. Meningkatnya konsumsi makanan cepat saji (fast food) turut memperbesar ketidakseimbangan energi, sehingga pada akhirnya meningkatkan risiko terjadinya obesitas (Siregar, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan adanya potensi permasalahan kesehatan metabolik yang perlu mendapat perhatian lebih lanjut.

Meskipun penelitian mengenai hubungan obesitas dengan kadar gula darah telah banyak dilakukan sebelumnya, penelitian ini memiliki urgensi yang penting karena angka kejadian obesitas dan diabetes melitus di wilayah Denpasar, khususnya Denpasar Utara, terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa obesitas masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang belum dapat dikendalikan secara optimal dan berpotensi meningkatkan kejadian gangguan metabolik pada usia dewasa.

Penelitian sebelumnya di wilayah Denpasar Utara memang telah menunjukkan adanya hubungan antara obesitas dan kadar gula darah, namun sebagian besar penelitian dilakukan beberapa tahun lalu dengan karakteristik responden dan cakupan wilayah yang berbeda. Hingga saat ini, belum terdapat data penelitian terbaru yang secara spesifik menggambarkan hubungan obesitas dengan kadar gula darah pada masyarakat dewasa di Desa Dauh Puri Kaja sebagai bagian dari wilayah kerja Puskesmas III Denpasar Utara. Padahal, data lokal yang aktual sangat diperlukan untuk mengetahui kondisi kesehatan masyarakat terkini dan sebagai dasar dalam penyusunan program promotif serta preventif terkait pengendalian obesitas dan diabetes melitus di tingkat pelayanan kesehatan primer. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting dilakukan untuk memberikan gambaran terbaru mengenai hubungan obesitas dengan kadar gula darah sewaktu pada orang dewasa di Desa Dauh Puri Kaja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi ilmiah dan bahan evaluasi bagi tenaga kesehatan dalam upaya deteksi dini, pencegahan, serta pengendalian faktor risiko penyakit metabolik di masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian adalah:

”Bagaimana hubungan antara obesitas dengan kadar gula darah sewaktu pada orang dewasa?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Menganalisis hubungan antara obesitas dengan kadar gula darah sewaktu pada orang dewasa di Desa Dauh Puri Kaja

2. Tujuan khusus:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin dan kebiasaan olahraga di Desa Dauh Puri Kaja
- b. Mengukur Indeks Massa Tubuh (IMT) pada orang dewasa di Desa Dauh Puri Kaja
- c. Mengukur kadar gula darah sewaktu pada orang dewasa di Desa Dauh Puri Kaja
- d. Menganalisis hubungan antara obesitas dengan kadar gula darah sewaktu pada orang dewasa di Desa Dauh Puri Kaja.

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

- a. Menambah literatur ilmiah mengenai hubungan antara obesitas dan kadar gula darah sewaktu, khususnya pada populasi dewasa di daerah perkotaan seperti Denpasar Utara.
- b. Memperkuat teori risiko metabolik, yaitu bahwa peningkatan massa lemak tubuh dapat memengaruhi regulasi gula dan resistensi insulin.
- c. Menjadi referensi bagi peneliti berikutnya yang ingin meneliti faktor risiko diabetes atau penyakit metabolik lainnya.
- d. Memberikan kontribusi ilmiah untuk pengembangan konsep pencegahan diabetes berbasis status gizi dan pengendalian berat badan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi puskesmas:

Penelitian memberikan dasar bagi puskesmas untuk menyusun program pencegahan obesitas dan pengendalian kadar gula darah yang lebih terarah dan efektif di wilayah Denpasar Utara dengan menggunakan data akurat dari hasil penelitian.

b. Bagi masyarakat:

Penelitian membantu meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga berat badan dan lingkar pinggang agar kadar gula darah tetap normal, sehingga risiko terkena diabetes dan penyakit metabolik lainnya dapat dikurangi.