

Hubungan Pengetahuan Obesitas dengan Rasio Lingkar Pinggang Panggul pada Ibu Rumah Tangga di Desa Pepe Krajan Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan

Isnaini¹, Agus Sartono¹, Eny Winaryati¹

¹Program Studi Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang
gusar2008@yahoo.com

ABSTRACT

Obesity is one of health problems in Indonesia. The trend of obesity is closely related to diet. Various factors play a role in the onset of obesity, but the most influence is the imbalance between food intake and physical activity. Obesity is condition where body's weight is more than an ideal weight, which is affected by accumulation of fatty tissue or non fatty tissue including muscle, bone, fat and water. Factors affecting the occurrence of obesity are genetic, damage to one part of the brain, patterns of overeating, lack of movement / exercise, emotional impact, environmental, social economic and influence of drugs. This study used Waist Hip Circumference Ratio. Waist Hip Circumference Ratio can be used to detect excess fat on a person's body and accurately to detect the cause of [Coronary Heart Disease](#) (CHD) risk, some types of cancers, hypercholesterolemia, and hypertension. The purpose of this study was to determine the correlation between knowledge of obesity and housewives' Waist Hip Circumference Ratio in Pepe Krajan village, Tegowanu district, Grobogan town.

The results of the correlation test with 50 sample respondents showed that 56,0 % of respondents have high-level knowledge about obesity, 32.0% of respondents have medium-level knowledge about obesity, and 12.0% of respondents have a low-level knowledge about obesity. The greatest number of obesity cases occurs in the age group of 30-39 years, which were 15 people (30.0%). Most of housewives are graduated under elementary school, which is 50%. In addition, 56.0% of housewives do not have occupation. Respondents who have highest Waist Hip Circumference Ratio were 6 people (12.0%). Spearman Rank-analysis results showed there is no correlation between housewives' knowledge about obesity and their waist hip ratio, with a value of $r = - 0.746$ and $p = 0.000$. To sum up, the higher the knowledge level is the lower their waist hip ratio is.

Keywords: knowledge of obesity and waist hip ratio

PENDAHULUAN

Gemuk merupakan suatu kebanggaan dan merupakan kriteria untuk mengukur kesuburan dan kemakmuran suatu kehidupan, sehingga pada saat itu banyak orang berusaha menjadi gemuk dan mempertahankannya sesuai dengan status sosialnya, dalam perkembangan selanjutnya justru sebaliknya kegemukan atau obesitas selalu berhubungan dengan kesakitan dan peningkatan kematian (Hermawan, A Guntur, 2010).

Di Indonesia, persoalan obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan. Kecenderungan terjadinya obesitas berhubungan erat dengan pola makan. Berbagai faktor berperan dalam timbulnya obesitas, tetapi yang paling penting adalah ketidak seimbangan antara masukan makanan dan aktifitas fisik (Misnadiarly, 2007).

Salah satu metode pengukuran tingkat obesitas dan *overweight* adalah dengan menggunakan antropometri yaitu perbandingan Rasio Lingkar Pinggang dan Lingkar Panggul (RLPP). Seseorang dikatakan *overweight* jika hasil RLPP lebih dari 0,9 sedangkan seseorang dikatakan obesitas jika RLPP kurang dari 0,8 (Kinanti indika, 2010).

Hasil survey NSS-HKI tahun 2001 di empat kota (Jakarta, Semarang, Makasar, dan Surabaya) menunjukkan bahwa prevalensi kegemukan pada wanita usia produktif daerah kumuh perkotaan berkisar antara 18-25% , yang justru lebih besar dari pada prevalensi kurus 11-14% (RAPGN, 2001). Hasil dan Survei Kesehatan Rumah Tangga tahun 2004 menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada penduduk wanita dewasa di Indonesia, terutama yang tinggal di perkotaan adalah sebesar 12,8% (SKRT, 2004). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2007, prevalensi Nasional obesitas pada penduduk berusia ≥ 15 tahun adalah 10,3 % (Riskesdas, 2007).

Salah satu faktor yang berhubungan dengan obesitas adalah pengetahuan. Pengetahuan adalah hasil tahu manusia terhadap sesuatu, atau segala perbuatan manusia untuk memahami suatu objek yang dihadapinya, hasil usaha manusia untuk memahami suatu objek tertentu (Surajiyao, 2007). Faktor pengetahuan mempengaruhi terhadap terjadinya obesitas, pengetahuan ibu tentang pengaturan makanan, cara pengolahan makanan dan kandungan gizi dalam bahan makanan sangat mempengaruhi asupan makan seseorang dan memberikan risiko yang sangat besar terjadinya obesitas.

Tujuan penelitian ini adalah Mengetahui hubungan pengetahuan obesitas dengan rasio lingkar pinggang panggul ibu rumah tangga di Desa Pepe Kec.Tegowanu Kab.Grobogan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian analitik, metode yang digunakan adalah survai dengan pendekatan belah lintang (*Cross sectional*). Penelitian dilakukan di Desa Pepe Krajan Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan, penelitian dilakukan bulan juni 2012 sampe dengan bulan juli 2012. Populasi penelitian ini adalah seluruh Ibu Rumah Tangga yang bertempat tinggal di kelurahan Pepe Krajan Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan yang

jumlahnya 839 orang. Sampel diambil secara *simple random sampling*. Jumlah sampel yang di ambil dan di teliti sebanyak 50 orang ibu rumah tangga.

Data yang diambil terdiri dari data primer dan sekunder, data primer diambil dengan cara wawancara langsung kepada responden, data sekunder diperoleh secara langsung melalui observasi langsung kelokasi penelitian dan mencatat data monografi desa yang ada dikantor kelurahan. Data primer yang diambil identitas responden, pekerjaan, RLPP dan pengetahuan sedangkan data sekunder meliputi gambaran umum tentang lokasi penelitian.

Analisis data dilakukan secara univariat dilakukan untuk menyajikan distribusi frekuensi dan tendensi sentral (*minimum, maximum* dan *mean*) dan standar deviasi, sedangkan analisis bivariat bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel, yaitu variabel dependent dan variabel independent. Pada penelitian ini berdistribusi tidak normal maka menggunakan uji korelasi *Rank – Sperman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelurahan Pepe Krajan berada di Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan Propinsi Jawa Tengah. Luas wilayah Kelurahan Pepe Krajan 627.187 km². Batas-batas wilayah Kelurahan Pepe Krajan Sebelah Utara: Ringin/Tambakan, Sebelah Timur: Kedung wungu, Sebelah Selatan: Curug sedangkan Sebelah Barat Tlogo. Jumlah penduduk Kelurahan Pepe Krajan sebanyak 5682 orang. Sedangkan jumlah penduduk menurut mata pencaharian yang paling banyak yaitu sebagai petani.

Gambaran Umum Responden

Responden pada penelitian ini adalah 50 sampel ibu rumah tangga yang bertempat tinggal di Kelurahan Pepe Krajan dan bersedia menjadi responden sesuai dengan criteria inklusi dan eksklusi. Kriteria Inklusi yaitu Ibu Rumah Tangga yang tinggal di kelurahan Pepe Krajan, Bersedia menjadi responden sedangkan Kriteria Eksklusi yaitu Ibu Rumah Tangga yang sakit yang dirawat dirumah sakit, yang menolak menjadi sampel

Karakteristik Responden

Umur Ibu Rumah Tangga

Umur ibu rumah tangga sampel dapat dibaca pada Tabel 1. Berdasarkan table 1, terlihat bahwa umur responden yang produktif dengan yang tidak produktif mendekati

berimbang. Usia produktif adalah usia yang baik bagi wanita untuk melahirkan adalah antara 20 tahun sampai maksimal 35 tahun. Diatas 35 tahun merupakan usia yang tidak produktif (Burns A, dkk 2000)

Tabel 1. Distribusi Ibu Rumah Tangga Berdasarkan Umur

Umur	Jumlah	Persentase (%)
20 – 29	12	24,0
30 – 39	15	30,0
40 – 49	13	26,0
50 – 59	10	20,0
Jumlah	50	100,0

Hasil analisis ditemukan bahwa rata-rata skor pengetahuan ibu adalah 2.42 dengan simpangan baku 1.071, skor terendah 1 dan tertinggi 4. Kejadian obesitas paling banyak pada kelompok umur 30–39 tahun. Persentase lemak tubuh meningkat dengan meningkatnya umur biasanya mulai antara umur 20–30 tahun (Harjadi, 1986). Bila di biarkan usia 45–60 tahun sering menjadi usia kritis, karena pada usia ini penyakit-penyakit seperti jantung, diabetes mellitus dan yang lainnya mulai menggrogoti tubuh terutama pada orang-orang yang obesitas (Wirakusumah, 1994).

Pendidikan

Tingkat pendidikan sampel dibedakan menjadi 5 yaitu: tidak tamat SD, tamat SD, tamat SMP, tamat SMA dan tamat sarjana. Tabel 2 menunjukkan bahwa 50% ibu rumah tangga berpendidikan SD kebawah, dan hanya 2.0% yang dapat meneruskan pendidikan kejenjang sarjana. Pendidikan ibu rumah tangga yang menjadi sampel dapat dibaca pada tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Ibu Rumah Tangga Berdasarkan pendidikan

Tingkat Pendidikan	N	%
Tidak tamat SD	4	8,0
SD	21	42,0
SMP	17	34,0
SMA	7	14,0
Sarjana	1	2,0
Jumlah	50	100,0

Jenjang pendidikan ikut mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Menurut Apriadji (1986), pendidikan merupakan salah satu unsur terpenting yang dapat mempengaruhi penerimaan informasi yang baru. Pada penderita dengan pendidikan rendah pengetahuan yang

dimiliki terbatas sehingga sulit untuk menerima informasi yang diberikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah untuk menerima konsep tentang hidup sehat secara mandiri, kreatif dan berkesinambungan sehingga memperkecil kemungkinan kelebihan gizi (Suhardjo, 1996).

Pada umumnya faktor pendidikan dapat berperan dalam peningkatan pengetahuan seseorang. Pendidikan yang lebih tinggi akan cenderung meningkatkan pengetahuan walaupun pengetahuan diluar bidang pendidikannya. Hal tersebut di sebabkan seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan meningkatkan kesempatan dan kemudahan dalam menerima informasi yang baru, yang kemudian berpengaruh pada sifat yang positif (Handayani, 1994).

Pekerjaan

Pekerjaan ibu yang menjadi sampel dapat dibaca pada tabel 3. Berdasarkan data tabel dapat dilihat, bahwa 28 orang (56.0%) ibu rumah tangga sampel yang tidak bekerja. Tidak bekerja dapat diasumsikan adalah mengemban pekerjaan sebagai ibu rumah tangga. Pekerjaan rumah tangga bisa berat atau ringan, tergantung jenis dan frekwensi pekerjaan yang harus dikerjakan.

Tabel 3. Distribusi Ibu Rumah Tangga Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	N	%
Bekerja	22	44,0
Tidak Bekerja	28	56,0
Jumlah	50	100,0

Pekerjaan yang merupakan salah satu faktor yang secara tidak langsung dapat menyebabkan obesitas, terutama pekerjaan yang tidak terlalu memerlukan aktivitas fisik yang berat. Pada pekerjaan yang menuntut aktivitas fisik yang tinggi akan lebih banyak membakar simpangan energi dalam tubuh, sehingga tidak akan terjadi obesitas sebaliknya pada pekerjaan fisik yang rendah pembakaran simpangan energi dalam tubuh tidak akan terjadi dan masukan energi yang baru akan cenderung di simpan dalam tubuh akan terjadi obesitas (Mursito, 2003).

Pengetahuan Obesitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu rumah tangga yang menjadi sampel, tentang obesitas dapat di cermati seperti pada tabel 4. Berdasarkan hasil penelitian, memperlihatkan bahwa hanya 56.0% ibu rumah tangga sampel yang memiliki

pengetahuan baik tentang obesitas. Rata-rata skor pengetahuan ibu adalah 79,8671 dengan simpangan baku 13,04288, skor terendah 42,86 dan tertinggi 92,86.

Tabel 4. Distribusi Ibu Rumah Tangga Berdasarkan Pengetahuan

Pengetahuan	N	%
Baik	28	56,0
Sedang	16	32,0
Kurang	6	12,0
Jumlah	50	100,0

Pengetahuan dapat menjadi pedoman yang baik untuk menjaga kesehatan tubuh dan menjaga berat tubuh yang ideal. Pentingnya upaya promotif dalam menangani obesitas dilakukan dengan cara memberikan pengetahuan mengenai citra tubuh yang positif. Kemampuan untuk menyaring informasi dari media massa juga hal penting yang harus di pahami kepada masyarakat agar mereka dapat memperoleh informasi yang benar dari media massa (Michael j. Gibney 2008).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kuesioner Hasil Dari Rasio Lingkar Pinggang Panggul Menurut Jenis Pertanyaan

No	Pertanyaan	Jawaban benar		Jawaban salah	
		Jumlah (F)	Presentase (%)	Jumlah (F)	Persentase (%)
1.	Informasi tentang obesitas	37	74	13	26
2.	Pengertian obesitas	39	78	11	22
3.	Hubungan stress dengan obesitas	40	80	10	20
4.	Keturunan menyebabkan obesitas	40	80	10	20
5.	Kemungkinan pencegahan obesitas	42	84	8	16
6.	Cara mencegah obesitas	45	90	5	10
7.	Sumber makanan yang meningkatkan risiko obesitas	36	72	14	28
8.	Penyebab kegemukan	45	90	5	10
9.	Kegiatan yang dapat menurunkan risiko kegemukan	40	80	10	20
10.	Pengolahan makanan untuk pencegahan obesitas	43	86	7	14
11.	Dampak negatif obesitas	42	84	8	16
12.	Tanda-tanda obesitas	36	72	14	28
13.	Penyakit yang bisa ditimbulkan obesitas	35	70	15	30

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa pada pertanyaan-pertanyaan nomer 5, 6, 8, 10, 11 kurang dari 10 orang salah, sedangkan pertanyaan-pertanyaan nomer 1, 2, 7, 12, 4 lebih dari 10 orang yang menjawab salah. Hasil tersebut bisa menjadikan dasar penyuluhan pada aspek manakah penyuluhan perlu di insentifkan.

Kejadian Obesitas

Hasil penelitian menunjukkan kejadian obesitas pada ibu rumah tangga dapat dicermati pada tabel 6.

Tabel 6. Distribusi Ibu Rumah Tangga Berdasarkan Kejadian Obesitas

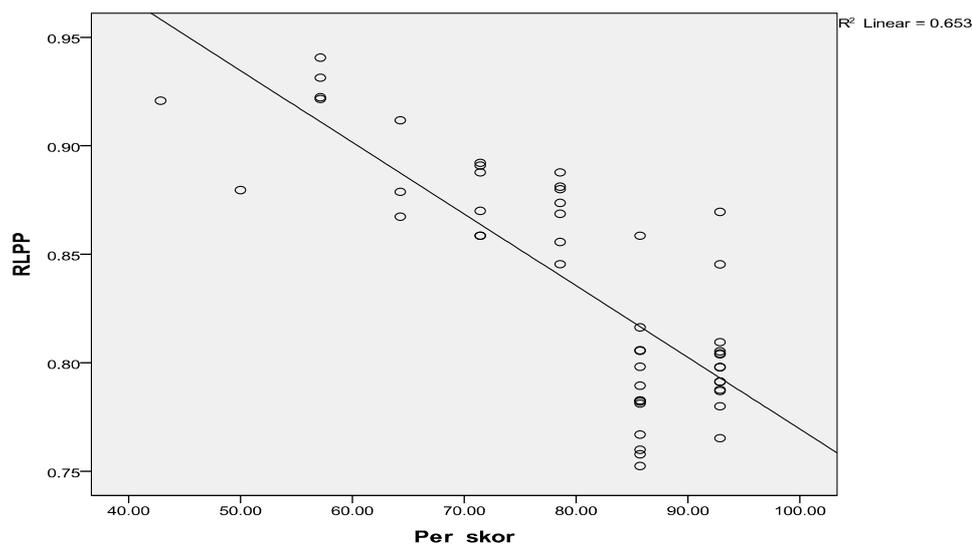
Kategori RLPP	n	%
Rendah	18	36,0
Sedang	26	52,0
Tinggi	6	12,0
Jumlah	50	100,0

Hasil penelitian mengungkapkan rata-rata rasio lingkaran pinggang panggul (RLPP) ibu rumah tangga 0,8360 dengan simpangan baku (SD) 0,05331 skor terendah 0,75 dan tertinggi 0,94, bila RLPP ibu rumah tangga di atas 0.9 termasuk dalam kategori obesitas.

Hubungan Pengetahuan dengan Rasio Lingkaran Pinggang Panggul

Hubungan pengetahuan dengan rasio lingkaran pinggang panggul, tergambar pada gambar 1. Berdasarkan diagram tebar di bawah ini, dapat dilihat bahwa semakin baik pengetahuan, maka semakin rendah nilai RLPP-nya. Berdasarkan uji kenormalan data menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* diketahui data berdistribusi tidak normal dengan p-value = 0,001 dan P-value = 0,000, sehingga menggunakan uji *Rank - Spearman*. pada uji tersebut diperoleh $r = - 0,746$ dan p-value = 0,000 atau $p < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan obesitas dengan rasio lingkaran pinggang panggul.

Data pengetahuan jika dihubungkan dengan rasio lingkaran pinggang panggul dapat digunakan untuk mendeteksi kelebihan lemak tubuh pada seseorang dan akurat untuk mendeteksi risiko penyebab PJK, beberapa jenis kanker, hiperkolesterolemia dan hipertensi.



Gambar 1. Hubungan Pengetahuan Dengan RLPP

Bila tingkat pengetahuan responden meningkat maka didapatkan perilaku yang baik, begitu juga sebaliknya, bila tingkat pengetahuan responden menurun maka akan didapatkan perilaku yang kurang baik pula. Menurut Green dalam Notoatmodjo (2002) pengetahuan berhubungan dengan sikap dan perilaku, dalam hal ini pengetahuan obesitas yang tinggi akan menghubungkan sikap dan perilaku sehingga ibu rumah tangga akan mengontrol obesitas dengan cara aktifitas fisik, pola makan yang benar, selain itu perilaku juga didasari oleh faktor predisposisi lainya yaitu pengetahuan, kebiasaan, norma-norma sosial yang berlaku di masyarakat serta faktor demografi. Faktor pendukung yang meliputi sumberdaya atau potensi masyarakat seperti lingkungan fisik dan sarana kesehatan yang tersedia serta faktor pendorong yang meliputi sikap dan perilaku orang lain. Sikap seseorang sangat mempengaruhi tindakan yang akan dilakukan, meskipun demikian sikap yang sudah positif terhadap nilai-nilai kesehatan tidak selalu terwujud dalam suatu tindakan yang nyata.

KESIMPULAN

56,0% ibu rumah tangga berpengetahuan baik tentang obesitas. 12,0% ibu rumah tangga memiliki risiko tinggi obesitas sedangkan 36,0% yang lain memiliki risiko rendah. Rata-rata RLPP ibu rumah tangga adalah 0,84 dengan simpangan baku 0.053, skor terendah 0,75 dan tertinggi 0,94. Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang obesitas dengan rasio lingkaran pinggang panggul.

SARAN

Petugas Puskesmas dan kader posyandu diharapkan dapat meningkatkan penyuluhan tentang obesitas terutama pada aspek kemungkinan pencegahan obesitas, cara mencegah obesitas, penyebab kegemukan, dan dampak negatif kegemukan. Penyuluhan dapat dilakukan melalui kegiatan kelompok, arisan ibu PKK dan posyandu yang dilakukan di Balai Desa Pepe Krajan.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriadi, WH. 1986. *Gizi Keluarga*. Seri: Kesejahteraan Keluarga – xiii/93/86. Penerbit Penebar Swadaya.
- Burns, A. August, Ronnie I, Maxwell J, Shapiro K, 2000. *Pemberdayaan Wanita dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Andi.
- Harjadi. 1986. *Ketidak Seimbangan Kalori Pada Kegemukan Masalah dan Penanggulungannya*. FKUI. Jakarta.
- Handayani, Sri. 1994. *Pangan dan Gizi*. Jakarta: Sebelas Maret University Press.
- Hermawan, A Guntur. 2010. <http://si.uns.ac.id/profil/uploadpublikasi/Jurnal/3.pdf>. 11 februari 2012.
- Indika, kinanti. 2010. *Jurnal Gambaran Citra Tubuh pada Remaja yang Obesitas*. Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara. 8 februari 2012.
- Misnadiarly. (2007). *Obesitas Sebagai Faktor Risiko Beberapa Penyakit*. Jakarta: Pustaka Obor Populer.
- Mursito B. 2003. *Ramuan Tradisional untuk Pelangsing Tubuh*. Penerbit Swadaya. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2002). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Surajiyao, 2007. <http://www.library.upnvj.ac.id/pdf/2s1keperawatan/.pdf>.
- Suharjo. 1996. *berbagai cara pendidikan gizi*. Jakarta: bumi aksara.
- Wirakusumah E. 1994. *Cara Aman dan Efektif Menurunkan Berat Badan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.