

Hubungan Jenis dan Durasi Penggunaan Alat Transportasi dengan Kejadian Obesitas Remaja Puteri di SMA Kabupaten Bantul

Michdarul Mizwar¹, Dewi Astiti², Tri Siswati³

1. Pendahuluan

Perkembangan zaman yang kini semakin cepat da, menyebabkan banyak hal yang mempengaruhi remaja, yaitu mulai dari cara berpakaian, berbicara, hingga makanan. Jika diperhatikan dewasa ini, remaja yang hidupnya kurang aktif (*sedentary life*) atau tidak melakukan aktifitas fisik yang seimbang dan pola makan para remaja yang tidak sehat akan mengakibatkan kegemukan (gemuk dan obesitas) (1).

Seiring berjalannya waktu, kemajuan teknologi semakin berkembang dan alat alat transportasi semakin memadai. Terjadi pula perubahan dalam budaya, dari budaya gerak menjadi budaya diam. Sehingga anak-anak cenderung menghilangkan aktifitas fisik dalam berbagai kegiatannya. Contoh saat pergi ke sekolah mereka cenderung menggunakan kendaraan sebagai alat transportasi, dan saat di mall menggunakan lift atau eskalator daripada menggunakan tangga. Akibatnya, rendahnya tingkat kebugaran jasmani anak (3).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa lebih dari 1,4 milyar orang dewasa memiliki berat badan berlebih dan 2,8 juta orang dewasa meninggal setiap tahun akibat dari obesitas dan berat tubuh yang berlebihan, sedangkan menurut sumber Euromonitor Internasional menyatakan bahwa sebagian neagara Asia Pasifik jumlah peningkatan obesitas meningkat hal ini di prediksi dengan adanya tingkat pertumbuhan obesitas tercepat mulai dari tahun 2010 sampai 2020. Negara tersebut memiliki tingkat pertumbuhan obesitas yang diantaranya Vietnam 22%, Hongkong 178%, India 100%, Korea Selatan 80,7%, Selandia Baru 52% dan Indonesia 50% (6).

Di Indonesia prevalensi obesitas tertinggi terdapat di Provinsi Sulawesi utara, Kalimantan Timur, DKI Jakarta dan Daerah Istimewa Yogyakarta yaitu >32,9%. Di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta prevalensi Obesitas menurut IMT/U pada remaja umur 16-18 tahun

mengalami kenaikan setiap tahunnya, sehingga prevalensi di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta berada diatas prevalensi nasional (6).

Prevalensi Nasional (Risikesdas, 2013). Secara nasional masalah gemuk terjadi pada usia 5-12 tahun sekitar 18,8% yang terdiri dari 10,8% gemuk serta 8,8% obesitas sedangkan prevalensi gemuk pada remaja pada umur 13-15 tahun 10,8% yaitu 8,3% gemuk dan 2,5% obesitas. Prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas lebih banyak diderita oleh perempuan yaitu 26,9% sedangkan pada laki-laki prevalensi 16,3% (7).

2. Bahan dan Metode

Penelitian ini menggunakan metode survei, dengan pendekatan *cross sectional*, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh sekolah menengah atas di Kabupaten Bantul. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebesar 238 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability proportional to size sampling* (PPS). Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk mengumpulkan data variabel bebas yaitu jenis dan durasi penggunaan alat transportasi sedangkan untuk mengumpulkan data variabel terikat yaitu status gizi menggunakan *microtice* dengan tingkat ketelitian 0,1cm dan timbangan berat badan dengan tingkat ketelitian 0,1kg dengan cara pengukuran langsung kepada responden. Analisa data bivariat menggunakan uji statistik *Chi-square*.

3. Hasil Dan Pembahasan

Responden dalam penelitian ini adalah remaja. Karakteristik meliputi umur, pendidikan orangtua dan pekerjaan orangtua

Tabel 1 Karakteristik Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 238 siswi dari 27 sekolah menengah di Kabupaten Bantul yang dipilih secara *probability proportional to size*.

Tabel 1 Umur Responden

Umur (tahun)	Jumlah (n)	Presentase (%)
15	2	0,8
16	117	49,2
17	117	49,2
18	2	0,8
Total	238	100,0

Tabel 2 . Karakteristik Orangtua Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pendidikan Ayah		
Tidak Sekolah	5	2,1
Pendidikan Dasar	71	29,8
Pendidikan Menengah	93	39,1
Pendidikan Tinggi	69	29,0
Jumlah (n)	238	100,0 %
Pendidikan Ibu		
Tidak Sekolah	3	1,3
Pendidikan Dasar	87	36,6
Pendidikan Menengah	89	37,4
Pendidikan Tinggi	59	24,8
Jumlah (n)	238	100,0 %
Pekerjaan Ayah		
Tidak Bekerja	0	0
Petani / Buruhtani	79	33,2
Swasta/Wiraswasta	95	39,9
PNS/TNI/POLRI	36	15,1
Lainnya	28	11,8
Jumlah (n)	238	100,0 %
Pekerjaan Ibu		
Ibu Rumah Tangga	116	48,7
Petani/Buruhtani	41	17,2
Swasta/Wiraswasta	49	20,6
PNS/TNI/POLRI	22	9,2
Lainnya	10	4,2
Jumlah (n)	238	100,0%

Tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar pendidikan orangtua adalah menengah atas yakni ayah (39,1%) dan ibu (37,4%). Pekerjaan ayah sebagian besar bekerja sebagai swasta/wiraswasta (39,9%) sedangkan pekerjaan ibu sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga(48,7%). Jika pendapatan orangtua tinggi akan mempengaruhi status kepemilikan atau penggunaan alat transportasi yang akan digunakan oleh responden.

A. Jenis penggunaan alat transportasi

Distribusi frekuensi Jenis penggunaan alat transportasi pada remaja di SMA Kabupaten Bantul.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Jenis penggunaan alat transportasi pada remaja di SMA Kabupaten Bantul

Jenis Penggunaan Alat Transportasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sepeda	73	30,7
Motor/Mobil	126	52,9
Trasportasi umum	39	16,4
Total	238	100,0

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa jenis alat transportasi yang digunakan responden paling banyak adalah motor/mobil (52,9%). Seiring berjalannya waktu, kemajuan teknologi semakin berkembang dan alat alat transportasi semakin memadai. Terjadi pula perubahan dalam budaya, dari budaya gerak menjadi budaya diam. Sehingga anak- anak cenderung menghilangkan aktifitas fisik dalam berbagai kegiatannya. Contoh saat pergi ke sekolah mereka cenderung menggunakan kendaraan sebagai alat transportasi (3).

B. Durasi penggunaan alat transportasi

Distribusi frekuensi durasi penggunaan alat transportasi pada remaja di SMA Kabupaten Bantul.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi durasi penggunaan alat transportasi pada remaja di SMA Kabupaten Bantul

Durasi Penggunaan Alat Transportasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
≤ 15 Menit/hari	109	45,8
>15 Menit/hari	129	54,2
Total	238	100,0

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa Durasi penggunaan alat transportasi yang digunakan responden paling banyak adalah >15 menit (54,2%). Banyak responden menggunakan alat transportasi >15 menit/hari dikarenakan jarak antara rumah dengan tempat sekolah jauh.

C. Kejadian obesitas

Tabel 5 Distribusi frekuensi kejadian obesitas pada remaja di SMA Kabupaten Bantul.

Obesitas	n	%
Ya	22	9,2
Tidak	216	90,8
Jumlah (n)	238	100

Berdasarkan Tabel 5 hanya 9.2% responden yang mengalami obesitas. Obesitas pada remaja di Kabupaten bantul mengalami peningkatan dari RISKESDAS Tahun 2007 sebesar (7,1%) Obesitas adalah peningkatan berat badan melebihi batas kebutuhan skeletal dan fisik sebagai akibat akumulasi lemak berlebihan dalam tubuh dan dihitung dengan IMT/U.

D. Hubungan jenis penggunaan alat transportasi dengan kejadian obesitas pada remaja

Tabel 6. Hubungan Jenis Penggunaan Alat Transportasi dengan Kejadian Obesitas

Jenis Penggunaan Alat Transportasi	Obesitas				Total		P value	RP CI 95%
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%	n	%		
Motor/mobil	19	15,08	107	84,92	126	100,0	0,001	5,63 (1,71 – 18,52)
Sepeda	3	2,08	109	97,32	112	100,0		

Tabel 6 menunjukkan hubungan jenis alat transportasi dengan kejadian obesitas remaja puteri di SMA Kabupaten Bantul. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,001 < \alpha = 0,05$, oleh karena $p < \alpha$ maka terdapat hubungan jenis alat transportasi dengan kejadian obesitas remaja puteri di SMA Kabupaten Bantul. Remaja yang naik motor/mobil 5,63 kali lipat lebih berisiko dari pada remaja yang naik sepeda. Menurunnya aktivitas fisik yang terutama terlihat secara nyata di kota-kota besar, Obesitas menjadi masalah serius dibanyak negara berkembang dengan pengaruh negatif terhadap pertumbuhan ekonomi. Seiring dengan penambahan penduduk, maka kurang lebih sudah 20

tahun obesitas meningkat seiring dengan kebiasaan, cara mengkonsumsi, dan gaya hidup.

E. Hubungan durasi penggunaan alat transportasi dengan kejadian obesitas pada remaja putri

Tabel 7. Hubungan Durasi Penggunaan Alat Transportasi dengan Kejadian Obesitas

Jenis Penggunaan Alat Transportasi	Obesitas				Total		P value	RP CI 95%
	Ya		Tidak		n	%		
> 15 Menit/hari	15	13,76	94	86,24	109	100,0	0,027	2,53 (1,07-5,99)
≤ 15 Menit/hari	7	5,43	122	94,57	129	100,0		

Tabel 7 menunjukkan hubungan durasi penggunaan alat transportasi dengan kejadian obesitas remaja putri di SMA Kabupaten Bantul. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,027 < \alpha = 0,05$, oleh karena $p < \alpha$ berarti terdapat hubungan durasi penggunaan alat transportasi dengan kejadian obesitas remaja putri di SMA Kabupaten Bantul. Durasi penggunaan alat transportasi >15 menit/hari lebih berisiko obesitas 2,53 kali lipat dari pada remaja dengan durasi penggunaan alat transportasi ≤15 menit.. Penggunaan mobil/motor >15 menit/hari menyebabkan proses pembakaran kalori berkurang sehingga menyebabkan penimbunan lemak dalam tubuh dan terjadinya obesitas pada responden.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian diatas dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Umur responden tertinggi adalah 16 dan 17 tahun. Pendidikan orangtua responden tertinggi adalah Sekolah menengah. Pekerjaan ayah tertinggi sebagai wiraswasta sedangkan ibu responden sebagai ibu rumah tangga.
2. Jenis alat transportasi yang digunakan responden tertinggi motor / mobil dengan perentase 52,9% dan yang terendah yaitu sepeda dengan persentase 30,7%.
3. Durasi penggunaan alat transportasi >15 menit sebesar 54,2% sedangkan responden yang ≤15 menit sebesar 45,8%.

4. Responden yang tidak obesitas sebesar 90,8% sedangkan responden yang obesitas sebesar 9,2%.
5. Ada hubungan jenis penggunaan alat transportasi dengan kejadian obesitas remaja putri.
6. Ada hubungan durasi penggunaan alat transportasi dengan kejadian obesitas remaja putri

5. Saran

Beberapa saran yang dapat diberikan oleh peneliti dari hasil penelitian yang telah dilakukan antara lain :

1. Bagi Dinas Kesehatan Bantul
Perlu di tekankan penggunaan alat transportasi berbasis mesin di kalangan pendidikan agar menurunkan tingkat kejadian obesitas.
2. Bagi Sekolah
Perlu membuat kurikulum untuk meningkatkan aktifitas fisik siswa.
3. Bagi Institusi Gizi Universitas Alma Ata Yogyakarta
Penelitian ini dapat menjadi bahan untuk pendidikan dan pengabdian masyarakat.
4. Bagi peneliti lain.
Peneliti lain perlu mengembangkan penelitian ini agar hasil yang didapatkan bisa dijadikan referensi dan menambah pengetahuan masyarakat khususnya remaja yang mengalami obesitas.

DAFTAR PUSTAKA

1. Proverawati, A. 2010. *Obesitas Dan Gangguan Perilaku Makan Pada Remaja*. Yogyakarta : Nuha Medika.
2. Goi, M. 2012. *Korelasi Asupan Zat Gizi Makro, Zat Gizi Mikro Dan Aktifitas Fisik Dengan Obesitas Pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Gorontalo*. Hal. 1-2
3. Kahri, S.B. 2011. *Gaya Hidup dan Penyakit Modern*. Yogyakarta : Kanisius.

4. BPS.2014. *Badan Pusat Statistik*. Republik Indonesia.
5. Arundhana A, Hadi H, Julia M. 2013. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia. Perilaku Sedentari Sebagai Faktor Risiko Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah Dasar di Kota Yogyakarta Dan Kabupaten Bantul*. Yogyakarta.
6. Evieta, F. 2016. *Provinsi Di Indonesia Dengan Prevalensi Obesitas*. <http://m.tempo.co/read/news/2014/04/19/060571763/provinsi-di-indonesia-dengan-prevalensi-obesitas>.
7. Balitbangkes.2014. Riset Kesehatan Republik Indonesia . *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta.
8. Lindstrom, M.2007. *Means of transportation to work and overweight and obesity*, 46: 22-28
9. Larssen, G.2005. *Associations among Active Transportation, Physical Activity, and Weight Status in Young Adults*,13
10. Marfuah D, Hadi H, Huriyati E. 2013. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia. Durasi Dan Kualitas Tidur Hubungannya Dengan Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar di Yogyakarta Dan Kabupaten Bantul*. Yogyakarta.
11. Kristin, E. 2010. *Alat Transportasi*.Yogyakarta : Jogja Great.
12. Mustafha, A. 2010. *Sehat Itu Mudah*. Jakarta : Pt Mizam Publika
13. Pribadi, D. 2009. *Transportasi Dalam Kehidupan* : CV. Alfabeta
14. Sugiyawa, D. 2010. *Alat Transportasi Sehat*. Pt Media Sasaran Press.
15. Istiany, Ari & Rusilanti. 2014. *Gizi Terapan*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya Offset.
16. Kemenkes RI. 2010. *Laporan Hasi Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS 2010)*. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Kemenkes RI. Jakarta.
17. Adriani, Merryana & Wirjatmadi B. 2013. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
18. Wulandari, Ari & Yekti M. 2010. *Cara Jitu Mengatasi Kegemukan*. Yogyakarta : CV Andi Offset.
19. Ikhsani dan Khadiyanta F.2015. *Dampak Alat Transportasi*. Jakarta : Salemba Medika

20. Nurwanti E, Hadi H, Julia M. 2013. Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia. *Pola Menonton Televisi Sebagai Faktor Risiko Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar di Yogyakarta Dan Kabupaten Bantul*. Yogyakarta.
21. Supriasa I. 2012. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Buku Dokter EGC.
22. Irianto. 2004. *Faktor-Faktor Penyebab Obesitas pada Remaja*. Yogyakarta: Salemba Medika
23. Misnadiarly.2007. *Obesitas Sebagai Faktor Resiko Beberapa Penyakit*.Pustaka Obor Populer : Jakarta : EGC.
24. Dinas Pendidikan Menengah dan Non Formal Kabupaten Bantul. Profil SMA dan SMK Tahun 2016. Bantul; 2016.
25. Lemeshow S, Jr DWH, Klar J, Lwanga SK. 1997. Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: UGM Press.
26. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Profil Kabupaten Bantul.2015.Bantul: Kemendikbud.2015
27. Oktaviani W, Saraswati L, Rahfiludin M. 2012. Jurnal Kesehatan Masyarakat. *Kebiasaan Mengkonsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi, Karakteristik Remaja Dan Orangtua Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Siswa Sma Negeri 9 Semarang*. Semarang.
28. Syahrir N, Thatha A, Jafar N. 2013. Jurnal Kesehatan Masyarakat. *Pengetahuan Gizi, Body Image Dengan Status Gizi Remaja Di Sma Islam Syahrir Kota Makassar*. Semarang. Makassar
29. Jerry,S.2007. Jurnal Ilmu Sosiatri. *Latar Belakang Prilaku Remaja Dalam Mengemudikan Sepeda Motor Tanpa Surat Izin Menggemudi*. Samarinda.
30. Kemenkes RI. 2007. *Laporan Hasi Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS 2007)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kemenkes RI. Jakarta.
31. Bell, C.2007. *The road to obesity or the path to prevalence : motorized Transportation and obesity in china*, 4: 277-283
32. Juliana,E.S.(2008). *Masalah Obesitas*. Jakarta: EGC
33. Hidayat, A. A, 2008, *Life Style*, Jakarta: Salemba Medika
34. Vitahealth.,2006. *Risiko Obesitas*. Jakarta: PT Gramedi Pustaka Utama