



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berat badan adalah kesesuaian antara berat badan dan tinggi badan sehingga mencapai suatu berat badan yang ideal. Berat badan berlebih merupakan suatu kondisi yang kronis dengan karakteristik kelebihan lemak tubuh dan hal tersebut sekarang merupakan masalah medic yang prevalensinya semakin meningkat setiap waktu (Pratama, 2009). Setiap orang pastinya ingin mempunyai berat badan ideal untuk menunjang penampilannya. Namun, gaya hidup modern membuat kebanyakan dari kita menjadi kelebihan berat badan karena makan terlalu banyak, kurang berolahraga, sehingga menyebabkan stress pada diri seseorang karena dampak kelebihan berat badan. Cara terbaik menurunkan berat badan ialah dengan mengurangi frekuensi dan porsi makan (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2017).

Dari data yang didapat gambaran pengetahuan tentang berat badan berlebih menurut survei *World Health organization* (WHO) tahun 2016 prevalensi berat badan berlebih mencapai 27%. Menurut Riskesdas tahun 2013 di Provinsi Jawa Timur diperoleh hasil berat badan berlebih pada dewasa sebesar 10,9% pada tahun 2018 naik menjadi 13,75%. Sedangkan persentase berat badan berlebih menurut Yuanita dan Sukarto(2013) prevalensi berat badan berlebih di Indonesia semakin meningkat selalu dari tahun ke tahun. Pada tahun 2013 terdapat 15

provinsi yang memiliki prevalensi berat badan berlebih di atas angka nasional, salah satunya adalah di Provinsi Jawa Timur. Prevalensi berat badan berlebih di daerah Malang pada tahun 2013 – 2018 mencapai 29%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Asrama Yonkes 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan pada tanggal 2 September 2019, terdapat anggota TNI AD di Yonkes sebanyak 62 anggota didapatkan hasil bahwa yang mengalami berat badan berlebih yaitu 38 anggota dan 24 anggota lainnya dengan berat badan ideal. Pengetahuan tentang berat badan ideal sangat penting untuk meningkatkan penampilan pribadi terhadap kondisi badan mereka, dengan berat badan ideal mereka akan lebih siap melaksanakan tugas jika ada tugas dan latihan sewaktu-waktu. Namun di di Batalyon Kesehatan 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan masih banyak ditemui anggota yang memiliki berat badan berlebih hal ini dikarenakan di kalangan anggota TNI AD terutama di Batalyon Kesehatan 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan belum pernah mendapat penyuluhan tentang berat badan ideal dan mereka lebih disibukkan dengan kegiatan perawatan asrama seperti membersihkan taman dan kantor. Selain itu pola makan mereka tidak teratur karena masih harus menyelesaikan aktifitas tersebut sedangkan sudah waktunya jam istirahat.

Berat badan berlebih disebabkan karena kuantitas dan kualitas pola makanan yang selalu mengonsumsi makanan siap saji dan kurang terkontrol, kurangnya aktivitas dan karena dari faktor genetik. Dengan berat badan berlebih akan mengakibatkan tugas dan latihan yang dikerjakan tidak akan maksimal dan keadaannya yang mempunyai

kekurangan pada dirinya seseorang tidak mau melihat sesuatu yang ada pada dirinya dan merasa malu (tidak percaya diri) untuk menyentuh bagian tubuh yg dianggap merusak citra diri anggota TNI AD tersebut. Selain itu dampak buruk dari kelebihan berat badan terdapat beberapa anggota yang mempunyai riwayat DM dan Hipertensi.

Kelebihan berat badan merupakan masalah terberat di kalangan masyarakat termasuk TNI. Karena selain berubahnya bentuk fisik, juga akan beresiko pada kesehatan jangka panjang seperti peningkatan tekanan darah dan diabetes, masalah sosial dan emosional sebagai sebab akibat kelebihan berat badan dapat menyebabkan seseorang tidak konsentrasi pada pekerjaannya (Pratama, 2009).

Sehingga sangat diperlukan penyuluhan tentang berat badan tiap anggota TNI terutama di kompi kesehatan bantuan untuk menghindari resiko berat badan berlebih. Oleh karena itu diperlukan untuk dilakukan aktivitas fisik olahraga merupakan hal terpenting untuk anggota, mengukur berat badan ideal, mengontrol makanan yang siap saji dengan gizi yang kurang sehat merupakan hal terpenting yang harus dijaga oleh anggota TNI AD sehingga dapat mencegah terjadinya resiko terjadinya berat badan berlebih (Yuanita dan Sukarto, 2013)

Berdasarkan hal diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang bagaimana gambaran pengetahuan anggota TNI AD tentang berat badan ideal di Yonkes 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran pengetahuan anggota TNI AD tentang berat badan berlebih di Yonkes 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan Karangploso-Malang ?

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran pengetahuan anggota TNI AD tentang berat badan berlebih di Yonkes 2/2 Kostrad Karangploso-Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan

Menambah bahan kajian tentang gambaran pengetahuan anggota TNI AD tentang berat badan berlebih di Yonkes 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan Karangploso-Malang khususnya pada mata kuliah kebutuhan dasar manusia.

1.4.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Merupakan pengalaman berharga terhadap peneliti dalam rangka menambah informasi dan wawasan keilmuan. Serta tetap mempertahankan kondisi berat badan yang ideal dan dapat melakukan penelitian lebih lanjut.

1.4.3 Bagi responden anggota TNI AD di Yonkes 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan Karangploso-Malang

Membantu mengembangkan pengetahuan responden dalam rangka meningkatkan kesehatan melalui tindakan olahraga, menjaga pola makanan dan gaya hidup sehingga meningkatkan rasa percaya diri

terhadap berat badan para anggota TNI AD terutama di Yonkes 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan Karangploso-Malang.

1.4.4 Bagi Perawat Dan Tenaga Kesehatan

Meningkatkan kualitas kesehatan dengan cara meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dalam mengatasi berat badan berlebih di masyarakat dan khususnya untuk para anggota TNI AD terutama di Yonkes 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan Karangploso-Malang.



