

Original Research Paper

Edukasi tentang Faktor Risiko, serta Bahaya Obesitas pada Pandemi Covid 19 di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Akademik Universitas Mataram

Catarina Budyono^{1*}, Anak Agung Sagung Mas Meiswaryasti P¹, Ima Arum Lestari¹, Novia Andansari Putri R¹, Niti Wedayani¹, Eka Arie Yuliani¹, Sekar Partiw¹

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia.

<https://doi.org/10.29303/jpmpi.v5i3.2131>

Sitasi: Budyono, C., Meiswaryasti P, A.A.S., Lestari, I.A., Putri R, N.A., Wedayani, N., Yuliani, E.A & Partiw, S (2022). Edukasi tentang Faktor Risiko, serta Bahaya Obesitas pada Pandemi Covid 19 di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Akademik Universitas Mataram. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(3)

Article history

Received: 1 Juni 2022

Revised: 31 Agustus 2022

Accepted: 2 September 2022

*Corresponding Author:

Catarina Budyono, Fakultas Kedokteran, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia.
Email:

catarinabudyono@gmail.com

Abstract: Dampak obesitas cukup luas terhadap berbagai penyakit kronik degeneratif seperti hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, kanker dan diabetes tipe 2 serta kelainan tulang. Akibat banyaknya penyakit yang bisa ditimbulkan oleh obesitas sehingga angka morbiditas dan mortalitas penderita obesitas cukup tinggi. Sehingga obesitas berdampak terhadap biaya kesehatan baik yang langsung maupun yang tidak langsung. Pandemi yang berkepanjangan menyebabkan masyarakat malas untuk melakukan olahraga dan cenderung bekerja dari rumah. Tidak mengatur pola makan dan pola hidup sehat, hingga dapat menimbulkan status Gizi Obesitas yang mampu berpengaruh pada berbagai macam penyakit sehingga menjadi perlu untuk dilakukan edukasi tentang factor risiko dan bahaya obesitas pada masa Pandemi COVID-19. Tahapan pendekatan yang dilakukan dalam program ini adalah penyuluhan atau pemberian edukasi kepada pengunjung poli Penyakit Dalam di Rumah Sakit Universitas Mataram. Pengabdian masyarakat dilakukan di Poli RS UNRAM dan juga di aula RS UNRAM. Dihadiri oleh 35 orang peserta dan 1 pembicara serta 4 orang dokter muda dan 1 orang pegawai lab dari Fakultas Kedokteran Universitas Mataram yang membagikan kuisisioner dan flyer tentang obesitas. Dari Analisis kuisisioner yang dibagikan 32 orang mendapat skor kurang dari 50 dalam menjawab pertanyaan tentang faktor risiko dan bahaya obesitas dan terjadi perubahan skor menjadi 29 responden mendapat nilai 80 setelah diberikan edukasi. Dari hasil tersebut menjadi penting untuk melakukan edukasi secara berkala untuk mengurangi keparahan yang terjadi dan mencegah terjadinya metabolic syndrome karena obesitas.

Keywords: Bahaya, Faktor Risiko, *Obesitas*, Status Kesehatan.

Pendahuluan

Di negara maju permasalahan kesehatan akibat obesitas saat ini melebihi masalah kesehatan akibat rokok dan alkohol. Beberapa ahli menyebutkan obesitas sudah suatu epidemi bahkan ada yang menyebutnya dengan pandemi. Peningkatan prevalensi dari insiden obesitas di negara maju dan berkembang sudah terjadi sejak 25 tahun terakhir. Di Indonesia sejak Survei Kesehatan

Rumah Tangga (SKRT) kedua sudah mulai ada data kelebihan berat badan dan obesitas ini sejak dilaksanakan Riset Kesehatan Dasar pada 2007 sampai dengan Riset Kesehatan Dasar pada 2013.

Dari publikasi di *The Lancet* Juni 2016 melaporkan bahwa pada tahun 1980 ditemukan 1,225 milyar orang dewasa di dunia sudah menderita kelebihan berat badan dan obesitas. Pada tahun 2011 meningkat menjadi 1,6 milyar orang dewasa mengalami kelebihan berat badan dan 400 juta sudah obesitas. Kemudian pada tahun 2013

menjadi 2,3 milyar orang dengan kelebihan berat badan dan 700 juta sudah obesitas.

Di berbagai negara maju dan berkembang juga memperlihatkan bahwa peningkatan prevalensi obesitas seperti di Amerika Serikat dari tahun 1960-1980 terjadi peningkatan dari 2-9% menjadi 15%. Pada dekade 1980-1990 prevalensi obesitas ini meningkat dari 15% menjadi 20%. Sehingga pada tahun 2000 prevalensi obesitas pada orang dewasa sudah menjadi 30%. Bahkan obesitas *grade III* (BMI ≥ 40) meningkat dari 1,3% pada tahun 1970 menjadi 4,7% di tahun 2000. Sebanyak 13% dari total populasi orang obesitas di dunia ada di Amerika Serikat. Akibat meningkatnya populasi obesitas, maka berbagai penyakit kronik degeneratif yang disebabkan oleh obesitas akan meningkat. Diperkirakan sebanyak 400.000 orang per tahun terjadi kematian dini akibat penyakit tersebut Di Brazil obesitas merupakan epidemi, sehingga mereka tangani sesuai dengan kaidah penyakit yang tingkat statusnya epidemi. Hasil 2 survei dalam 4 tahun terakhir ini ditemukan peningkatan prevalensi kelebihan berat badan dari 43% menjadi 48%, sedangkan obesitas meningkat dari 11% menjadi 15%.

Di Inggris, peningkatan prevalensi obesitas juga terjadi hampir 2-3 kali lipat dalam kurun waktu 20 tahun. Pada tahun 1980 ditemukan pria dewasa menderita 6% dan wanita dewasa sebesar 8%. Di tahun 2000 prevalensi obesitas meningkat menjadi 21% dari penduduk dewasa di Inggris. Hal yang menarik di Inggris pada tahun terakhir ini prevalensi obesitas pria dan wanita dewasa sudah makin tidak berbeda.

Mekanisme dasar dari terjadinya kelebihan berat badan sampai obesitas adalah ketidakseimbangan masukan energi dan pengeluarannya. Penyebab dari ketidakseimbangan tersebut adalah mudahnya akses dan variasi jenis makanan yang kaya energi. Sebaliknya oleh kemajuan teknologi dan perubahan gaya hidup terjadi penurunan pengeluaran energi dari 1,69 kkal/menit/KgBB menjadi 1,57 kkal/menit/KgBB

Pada tahun 2015 terdapat 4 juta kematian di dunia yang penyebab awalnya adalah obesitas. Berbagai dampak obesitas terhadap kesehatan masyarakat seperti: (1) Percepatan proses penuaan. Umur biologis adalah usia tubuh yang dipengaruhi oleh kondisi kesehatan secara umum. Salah satu untuk menghitung umur biologis melalui komposisi lemak dalam tubuh. Bila sel lemak berlebih maka

dikeluarkannya zat-zat yang bersifat oksidatif atau radikal bebas yang bisa menyebabkan umur sel lebih tua; (2) Gangguan kecerdasan. Studi *Human Brain Mapping* melaporkan bahwa jaringan otak anak yang obesitas 4% lebih kurang dari anak dengan berat badan normal. Orang dewasa yang menderita obesitas otaknya 8 tahun kelihatan lebih menua dari orang dewasa dengan berat badan normal. Hal ini disebabkan oleh efek radikal bebas dan gangguan pembuluh darah perifer karena kadar lemak dan gula yang tinggi; (3) Resistensi insulin. Obesitas merupakan faktor risiko munculnya resistensi insulin yang akan bermanifestasi munculnya hipertensi, dislipidemia, *hiperuremia*, disfungsi endotel dan *lipotoksitas* terhadap sel beta. Akibat obesitas sentral akan meningkatkan kejadian DM tipe 2, penyakit kardiovaskuler dan gangguan pembekuan darah. Sebesar 60% penderita DM tipe 2 berhubungan dengan obesitas; (4) Kanker. Walaupun belum kuat bukti ilmiah hubungan sebab akibat obesitas ilmiah hubungan sebab akibat obesitas dengan kanker namun banyak bukti penurunan berat badan dan peningkatan aktivitas fisik dapat bermanfaat untuk mencegah perkembangan sel kanker. Hal ini diduga melalui peranan *Insulin-Like Growth Factor* (IGF) yaitu terjadinya peningkatan jumlah reseptor ini sehingga sel menjadi lebih reaktif terhadap IGF; (5) *Osteoarthritis* sebagai efek mekanisme akibat obesitas berupa bisa osteoarthritis pada sendi, vena varikosa, kesulitan bernafas; (6) *Kolelithiasis*; (7) Kematian pada usia muda. Oleh karena luasnya dampak dari obesitas pada manusia sehingga angka morbiditas meningkat dan akhirnya angka mortalitas juga meningkat. Laporan OECD tahun 2010, mengungkapkan bahwa orang obesitas 8- 10x lebih cepat risiko meninggal dibanding orang yang tidak obesitas. Setiap kelebihan berat badan 15 kg dari berat badan ideal maka akan meningkat risiko kematian sebesar 30%

Dampak obesitas cukup luas terhadap berbagai penyakit kronik degeneratif seperti hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, kanker dan diabetes tipe 2 serta kelainan tulang. Akibat banyaknya penyakit yang bisa ditimbulkan oleh obesitas sehingga angka morbiditas dan mortalitas penderita obesitas cukup tinggi. Sehingga obesitas berdampak terhadap biaya kesehatan baik yang langsung maupun yang tidak langsung. Diperkirakan di negara maju obesitas menghabiskan 2- 10% biaya kesehatan nasional

masing- masing negara setiap tahun. Di negara berkembang bisa melebihi dari 10%.

Untuk itu diperlukan langkah pencegahan sedini mungkin. Apabila sudah terjadi kelebihan berat badan sejak anak-anak dan dewasa sudah terbentuk sel adiposa yang berfungsi untuk penyimpanan lemak. Sehingga tidak mudah menurunkannya bahkan mengeluarkan biaya pula untuk menurunkan. Di Amerika Serikat diperlukan biaya setiap tahun sebesar 5% dari biaya kesehatan nasional. Di samping biaya langsung ada pula biaya tidak langsung berupa kehilangan hari kerja, kematian pada usia muda, biaya asuransi yang tinggi, produktivitas yang tidak optimal. Karena besarnya dampak obesitas terhadap status kesehatan masyarakat baik berupa kesakitan, kecacatan dan kematian dini serta pengeluaran biaya kesehatan yang tinggi bagi keluarga dan Negara. Untuk itu persoalan obesitas dan berbagai penyakit yang menyertainya sudah merupakan permasalahan kesehatan yang mesti ditanggulangi secara komprehensif baik preventif, promotif dan kuratif.

Metode

Metode Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah dengan: memberikan pengarahan oleh pasien poli Penyakit Dalam yang datang pada siang hari bahwa akan dilakukan pengabdian berupa edukasi dan disepakati kapan dapat dilakukan. Pasien Poli yang datang di pagi hari mendapatkan flyer tentang bahaya obesitas. Edukasi yang diberikan oleh dokter spesialis dan dokter muda yang sedang dalam stase Penyakit Dalam. Langkah awal yang dilakukan pada pengabdian adalah Pre-Test yang dilakukan untuk mengetahui pengetahuan pasien tentang Obesitas sebelum diberikan edukasi. Setelah dilakukan Pre-Test kemudian dilakukan Penyuluhan sebagai edukasi kepada peserta. Kemudian dilakukan *Focus Grup Discussion (FGD)* yang bertujuan untuk memfollow up pengetahuan yang telah diberikan melalui edukasi serta mencatat data, dan sebagai penutup dilakukan Post-Test dilakukan untuk mengetahui seberapa pengetahuan peserta terhadap edukasi yang diberikan.

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat faktor risiko dan bahaya obesitas dilakukan di Aula RS UNRAM dan

di Poliklinik penyakit dalam RS UNRAM yang dibantu oleh coas dan dokter muda. Pada Pagi hari dilakukan pembagian flyer tentang faktor risiko dan bahaya obesitas kepada pasien pengunjung Poli penyakit dalam di RS UNRAM. Pada flyer tersebut menjelaskan beberapa tentang faktor risiko dan bahaya obesitas pada era pandemic COVID 19 yang mudah dipahami oleh orang awam.



Gambar 1. Flyer faktor risiko dan bahaya obesitas yang dibagikan kepada pasien poli penyakit dalam RS UNRAM.

Selanjutnya dilakukan edukasi di aula RS UNRAM lantai 2 dan diberikan juga kuisioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko dan bahaya obesitas. Hasil dari kuisioner yang dibagikan adalah 32 orang mendapat skor kurang dari 50 dalam menjawab pertanyaan tentang faktor risiko dan bahaya obesitas dan terjadi perubahan skor menjadi 29 responden mendapat nilai 80 setelah diberikan edukasi. Hal ini menunjukkan setelah diberikannya edukasi pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko dan bahaya obesitas bertambah.



regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *Lancet*. 2014; 384(9945):766-781.

Kesimpulan

Pengabdian Masyarakat mengenai bahaya obesitas amatlah penting, agar masyarakat dapat mengetahui, mencegah dan mengurangi kesakitan yang terjadi akibat dari obesitas. Perlu dilakukan pengabdian secara berkala dan juga pemeriksaan BMI serta anjuran makanan sehat yang dapat diberikan untuk mencegah obesitas.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM (PNBP) yang telah memberi dukungan terhadap pengabdian ini. Kepada Mitra Pengabdian RS UNRAM yang telah memberikan kesempatan sehingga Pengabdian ini berlangsung dengan lancar.

Daftar Pustaka

Human Development Reports. Global 2016 Human Development Report. New York: United Nations Development Programme; 2016.

Heymsfield SB, Wadden TA. Mechanisms, Pathophysiology and Management of Obesity. *N Engl J Med*. 2017; 376:254-266. doi: [10.1056/NEJMra1514009](https://doi.org/10.1056/NEJMra1514009).

NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC). Trend in Adult Body-Mass Index in 2010 Countries from 1975-2014: A Poolid Analysis of 1698 Population-Based Mearsurement Studies with 19,2 million Participants. *Lancet*. 2016; 387(10026):1377-1396. DOI: [10.1016/S0140-6736\(16\)30054-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30054-X).

Ng M, Fleming T, Robinson M, Thomson B, Graetz N, Margono C, et al. Global,