

Faktor risiko obesitas sentral pada perempuan dewasa

Dhia Atira, Farrah Fahdhienie, Agustina Agustina

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Aceh

How to cite (APA)

Atira, D., Fahdhienie, F., & Agustina, A. (2025). Faktor risiko obesitas sentral pada perempuan dewasa. *Journal of Public Health Innovation*, 5(2), 312–321.

<https://doi.org/10.34305/jphi.v5i2.1653>

History

Received: 28 April 2025

Accepted: 26 Mei 2025

Published: 5 Juni 2025

Corresponding Author

Dhia Atira, Kesehatan Masyarakat,
Universitas Muhammadiyah Aceh;
dhiaatira226@gmail.com



This work is licensed under a
[Creative Commons Attribution 4.0
International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

ABSTRAK

Latar Belakang: Obesitas sentral di Indonesia mengalami peningkatan signifikan, dari 31,0% pada tahun 2018 menjadi 36,8% pada 2023, termasuk Provinsi Aceh dengan prevalensi 34,3%. Kondisi ini kini menjadi faktor risiko kematian yang lebih besar dibanding kekurangan berat badan. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas sentral pada perempuan dewasa di wilayah kerja Puskesmas Montasik, Aceh Besar, tahun 2024.

Metode: Desain penelitian menggunakan pendekatan *cross-sectional* dengan 43 responden yang dipilih secara *accidental sampling*. Data diperoleh melalui pemeriksaan kolesterol, pengukuran antropometri, dan wawancara terstruktur.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa status pernikahan ($p=0,023$), usia ($p=0,030$), dan IMT (Indeks Masa Tubuh) ($p=0,033$) memiliki hubungan yang signifikan dengan obesitas sentral. Sementara itu, kadar kolesterol, pendapatan, pekerjaan, dan tingkat pendidikan tidak menunjukkan hubungan signifikan ($p>0,05$).

Kesimpulan: Status perkawinan, umur, dan IMT berperan terhadap obesitas sentral. Disarankan agar Puskesmas dan instansi terkait meningkatkan edukasi mengenai gaya hidup sehat, termasuk konsumsi gizi seimbang dan aktivitas fisik teratur

Kata Kunci : Obesitas sentral, index massa tubuh, umur, status perkawinan, berat badan

ABSTRACT

Background: Central obesity in Indonesia has increased significantly, from 31.0% in 2018 to 36.8% in 2023, including Aceh Province with a prevalence of 34.3%. This condition is now a greater risk factor for death than being underweight. This study aims to analyze factors associated with central obesity in adult women in the Montasik Health Center work area, Aceh Besar, in 2024.

Method: The research design used a cross-sectional approach with 43 respondents selected by accidental sampling. Data were obtained through cholesterol examination, anthropometric measurements, and structured interviews.

Result: The results of the analysis showed that marital status ($p=0.023$), age ($p=0.030$), and BMI ($p=0.033$) had a significant relationship with central obesity. Meanwhile, cholesterol levels, income, occupation, and education level did not show a significant relationship ($p>0.05$).

Conclusion: Marital status, age, and BMI play a role in central obesity. It is recommended that health centers and related agencies improve education on healthy lifestyles, including balanced nutritional intake and regular physical activity.

Keyword : Central obesity, Body Massa Index, age, marital status, body weight

Pendahuluan

Obesitas merupakan salah satu permasalahan kesehatan global karena prevalensinya yang meningkat bukan hanya di negara maju tetapi juga merambak ke negara berkembang. Obesitas menjadi penyebab kematian populasi di dunia dibandingkan dengan berat badan kurang, sehingga obesitas menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian dan penanganan secara serius. Obesitas sentral merupakan jenis obesitas yang ditandai dengan penumpukan lemak di area perut. Kondisi ini terjadi akibat akumulasi lemak yang tidak normal pada jaringan lemak subkutan dan visceral di perut. Ketika tubuh menerima kelebihan energi yang tidak digunakan, jaringan tersebut tidak mampu menampungnya, sehingga lemak menumpuk di bagian tengah tubuh.

Berdasarkan data SKI (2023) jumlah penderita obesitas sentral secara umum di Indonesia pada orang dewasa ≥ 15 tahun adalah 36,8%. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar, angka obesitas sentral terus meningkat dari tahun ke tahun, yaitu 18,8% pada 2007, naik menjadi 26,6% pada 2013, dan mencapai 31,0% pada 2018 (Riskesdas, 2018; SKI, 2023). Hasil SKI (2023) Menurut jenis kelamin, proporsi penderita obesitas sentral pada perempuan yaitu 54,1% lebih tinggi dibandingkan laki-laki 19,7%.

Aceh termasuk salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki tingkat kejadian cukup tinggi obesitas sentral pada orang dewasa ≥ 15 tahun dengan angka 34,3%. Hal ini berarti sekitar 34,3% orang dewasa ≥ 15 tahun di Aceh mengalami penumpukan lemak berlebih di area perut (SKI, 2023). Pada kabupaten Aceh Besar tahun 2023 jumlah kasus obesitas sentral usia ≥ 15 tahun terdapat 16.723 jiwa (38,4%) yang mengalami obesitas sentral, kasus ini mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2022 berjumlah 7.747 jiwa (1,7%). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Aceh Besar terdapat 5 puskesmas dengan kasus obesitas sentral tertinggi. Diurutan pertama terdapat pada Puskesmas Indrapuri sebesar

3130 jiwa (7,1%), Puskesmas Peukan Bada 2913 jiwa (6,69%) Puskesmas Montasik 2180 jiwa (5%) Puskesmas Suka Makmur 1567 jiwa (3,5%) dan Puskesmas Kuta Baro 1068 jiwa (2,4%) (Dinkes Aceh Besar, 2024).

Obesitas sentral umumnya dialami oleh kelompok umur dewasa (Wahidin, 2022). Prevalensi obesitas sentral cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Hal ini terjadi karena lemak tubuh, khususnya di bagian perut, semakin menumpuk seiring dengan perubahan komposisi tubuh. Saat usia bertambah, massa otot menurun dan terjadi perubahan hormon tertentu, yang menyebabkan distribusi lemak lebih banyak terfokus di area perut (Mahardika et al., 2021).

Obesitas sentral memiliki prevalensi yang tinggi dan dapat memicu berbagai masalah kesehatan, seperti hipertensi, kanker, dislipidemia, serta penyakit kardiovaskular. Karena penyakit-penyakit ini berisiko menyebabkan kematian, obesitas sentral dianggap lebih berbahaya dibandingkan obesitas secara umum (Mahardika et al., 2021; Purwaningtyas, 2023). Individu dengan indeks massa tubuh (IMT) normal namun memiliki lingkaran perut yang besar berisiko 20% lebih tinggi mengalami kematian dibandingkan dengan mereka yang memiliki IMT dan lingkaran perut dalam kategori normal (Nurhasanah et al., 2022). Pengukuran obesitas sentral umumnya dilakukan dengan menggunakan rasio lingkaran pinggang dan rasio lingkaran pinggang terhadap pinggul (RLPP) (Mahardika et al., 2021).

Obesitas sentral sering dikaitkan dengan IMT dan kadarkolesterol. Penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan IMT, kadar kolesterol dengan obesitas sentral diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Shafira et al., (2020) dengan hasil terdapat hubungan yang signifikan IMT dan obesitas sentral. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya obesitas sentral tidak hanya disebabkan oleh IMT dan kadar kolesterol, tetapi terdapat juga hubungan dengan berbagai faktor lain. Faktor-faktor tersebut meliputi usia, jenis kelamin, status

pernikahan, tingkat pendapatan, pendidikan, status pekerjaan serta pengetahuan individu (Siregar *et al.*, 2020).

Metode

Penelitian ini merupakan studi dengan desain cross-sectional yang bertujuan untuk mengkaji sejumlah faktor pada perempuan dewasa di wilayah kerja Puskesmas Montasik. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perempuan dewasa yang berdomisili di wilayah tersebut. Sampel penelitian diperoleh sebanyak 43 responden melalui teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data dilaksanakan dalam satu hari, yaitu pada tanggal 15 Oktober 2024.

Prosedur pengumpulan data meliputi pemeriksaan kadar kolesterol, penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan dan lingkar perut, serta wawancara langsung menggunakan

kuesioner oleh peneliti. Variabel yang dikaji dalam penelitian ini mencakup: umur, tingkat pendidikan, pendapatan, jenis pekerjaan, status perkawinan, (IMT), kadar kolesterol, dan lingkar perut. Pengukuran variabel umur, tingkat pendidikan, pendapatan, status perkawinan, dan jenis pekerjaan dilakukan melalui wawancara langsung dengan responden. Sementara itu, variabel kadar kolesterol, IMT (berat badan dan tinggi badan), serta lingkar perut diukur secara langsung oleh peneliti sebelum wawancara dimulai. Pada penelitian ini peneliti telah memiliki izin etik yang dikeluarkan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Aceh dengan nomor DP.04.03/12.7/253/2024.

Hasil

Distribusi frekuensi data responden disajikan dalam Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Analisis Univariat

Variabel	f	%
Umur		
19-39 Tahun	16	37,2
40-59 Tahun	27	62,8
Total	43	100
Status Perkawinan		
Belum Menikah	3	7
Menikah	40	93
Total	43	100
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	31	72,1
Bekerja	12	27,9
Total	43	100
Tingkat Pendapatan		
Tidak Ada Pendapatan	31	72,1
Rendah (<3 juta/bulan)	10	23,3
Tinggi (≥3 juta/bulan)	2	4,7
Total	43	100
Pendidikan		
Tinggi	4	9,3
Menengah (SMA/MAN)	24	55,8
Dasar (SD/SMP)	13	30,2
Tidak Bersekolah	2	4,7
Total	43	100
IMT		
Kurus(<18,5)	1	2,3
Normal(18,5-25)	22	51,2

Variabel	f	%
Gemuk(25,1-27)	2	4,7
Obesitas(>27)	18	41,9
Total	43	100
Kadar Kolesterol		
Normal (<200 mg/dl)	26	60,5
Tinggi (≥200 mg/dl)	17	39,5
Total	43	100
Lingkar Perut		
Tidak Obesitas Sentral (≤80 cm)	13	30,2
Obesitas Sentral (>80 cm)	30	69,8
Total	43	100

Berdasarkan hasil analisis univariat menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 40-59 tahun 62,8% dengan status perkawinan hampir seluruhnya menikah (93%). Sebagian besar responden tidak memiliki pekerjaan 72,1% dan 72,1% memiliki tingkat pendapatan rendah, dari

segi pendidikan 55,8% responden memiliki tingkat pendidikan menengah, selain itu sebanyak 60,5% responden memiliki kadar kolesterol dalam rentang normal, 51,2% memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) dalam kategori normal, dan 69,8% mengalami obesitas sentral.

Tabel 2 Analisis Bivariat

Variabel	Kelengkapan Imunisasi Dasar				Total		Nilai P
	Obesitas Sentral		Tidak Obesitas Sentral				
	f	%	f	%	N	%	
Kurus (<18,5)	0	0	1	100	1	100	0,033
Normal (18,5-25)	12	54,5	10	65,5	22	100	
Gemuk (25,1-27)	2	100	0	0	2	100	
Obesitas (>27)	16	88,9	2	11,1	18	100	
Total	30	69,8	13	30,2	43	100	
Kolesterol Total							
Normal (<200 mg/dl)	17	65,4	9	34,6	26	100	0,439
Tinggi (≥200 mg/dl)	13	76,5	4	23,5	17	100	
Total	30	69,8	13	30,2	43	100	
Tingkat Pendidikan							
Tinggi (PT)	3	75,0	1	25,0	4	100	0,932
Menengah (SMA/MAN)	17	70,8	7	29,2	24	100	
Rendah(SD/SMP)	9	69,2	4	30,8	13	100	
Tidak Bersekolah	1	50,0	1	50	2	100	
Total	30	69,8	13	30,2	43	100	
Status perkawinan							
Belum menikah	0	0	3	100	3	100	0,023
Menikah	30	75,0	10	25,0	40	100	
Total	30	69,8	13	30,2	43	100	
Tingkat Pendapatan							
Tidak Ada Pendapatan	20	64,5	11	35,5	31	100	0,413
Rendah(<3 juta/bulan)	8	80,0	2	20,0	10	100	
Tinggi (≥3 juta/bulan)	2	100	0	0	2	100	

Variabel	Kelengkapan Imunisasi Dasar				Total		Nilai <i>P</i>
	Obesitas Sentral		Tidak Obesitas Sentral				
	f	%	f	%	N	%	
Total	30	69,8	13	30,2	43	100	0,205
Pekerjaan							
Tidak Bekerja	20	64,5	11	35,5	31	100	
Bekerja	10	83,3	2	16,7	12	100	
Total	30	69,8	13	30,2	43	100	0,023
Umur							
19-39 Tahun	8	50,0	8	50,0	16	100	
40-59 Tahun	22	81,5	5	18,5	27	100	
Total	30	69,8	13	30,2	43	100	

Hasil analisis bivariat pada Tabel 2 memperlihatkan bahwa persentase responden yang memiliki Indeks Masa Tubuh (IMT) kurus tidak terkena obesitas sentral sebanyak 100% kategori kurus tidak terkena obesitas sentral. Kemudian untuk kategori normal 54.5% mengalami obesitas sentral, sementara 45.5% tidak terkena obesitas sentral. Pada kategori gemuk semua responden dalam kategori ini 100% terkena obesitas sentral. Kategori obesitas 88.9% memiliki obesitas sentral, dan hanya 11.1% yang tidak. Hasil analisa data menunjukkan terdapat hubungan antara berbagai kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan prevalensi obesitas sentral, dengan nilai p-value sebesar 0,033.

Selain itu, responden dengan persentase kategori kolesterol normal sebanyak 65.4% mengalami obesitas sentral, sedangkan 34.6% tidak mengalami obesitas sentral. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun kadar kolesterol normal, sebagian responden tetap mengalami obesitas sentral. Sedangkan pada kategori kolesterol tinggi sebanyak 76.5% mengalami obesitas sentral juga dan 23.5% tidak mengalami obesitas sentral. Hasil analisa data menunjukkan tidak terdapat korelasi kadar kolesterol dengan prevalensi obesitas sentral, dengan p-value sebesar 0,439.

Pendidikan tidak berperan sebagai faktor risiko terjadinya obesitas sentral pada perempuan dewasa, dari hasil bivariat menunjukkan kategori tingkat pendidikan rendah sebanyak 69.2% mengalami obesitas sentral, sementara 30.8% tidak mengalami obesitas sentral. Kemudian untuk kategori

tingkat pendidikan menengah sebanyak 70.8% mengalami obesitas sentral dan 29.2% tidak. Sedangkan kategori tingkat pendidikan tinggi sebanyak 75% mengalami obesitas sentral, sementara 25% tidak mengalami obesitas sentral. Serta untuk kategori tidak sekolah 50% mengalami obesitas sentral, dan 50% tidak mengalami obesitas sentral. Uji analisa data menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan prevalensi obesitas sentral, dengan p-value sebesar 0,932.

Sementara itu, persentase responden yang belum menikah 100% tidak terkena obesitas sentral. Sementara kategori menikah sebanyak 75.0% terkena obesitas sentral, sedangkan 25.0% tidak menderita obesitas sentral. Hasil analisa data menunjukkan bahwa terdapat korelasi status perkawinan dan obesitas sentral, dengan nilai p-value sebesar 0,023.

Tingkat pendapatan tidak memiliki hubungan dengan obesitas sentral dengan p-value sebesar 0,413. Kategori responden yang tidak memiliki pendapatan dan menderita obesitas sentral yaitu 64.5%, sementara 35.5% tidak mengalaminya, responden dengan pendapatan rendah yaitu 80% menderita obesitas sentral, sementara 20% tidak menderita obesitas sentral. Sedangkan untuk kategori berpendapatan tinggi 100% menderita obesitas sentral.

Responden bekerja sebanyak 83.3% mengalami obesitas sentral, sedangkan 16.7% tidak mengalaminya. Sementara untuk kategori tidak bekerja sebanyak 64.5% mengalami

obesitas sentral, dan 35.5% tidak mengalaminya. Hasil analisa data diperoleh p -value 0,205 yang memperlihatkan tidak terdapat hubungan antara status pekerjaan responden dan obesitas sentral.

Kemudian pada kategori responden berumur 19-39 tahun dari sebanyak 50% mengalami obesitas sentral, dan 50% tidak mengalaminya. Sedangkan untuk kategori berumur 40-59 tahun 81.5% mengalami obesitas sentral, 18.5% tidak mengalaminya. Terdapat hubungan antara umur dan obesitas sentral dengan p -value 0,030.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Montasik, Kabupaten Aceh Besar. Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, sebanyak 49 sampel dari 2 desa dipilih sebagai responden. Data yang dikumpulkan dianalisis menggunakan 2 jenis analisis, yaitu univariat dan bivariat. Pada analisis bivariat, digunakan uji *chi-square* untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara variabel independen dan dependen. Berikut ini merupakan penjabaran hasil penelitian yang telah didapatkan.

Hasil analisis data diperoleh persentase responden yang mempunyai Indeks Masa Tubuh (IMT) obesitas semua responden mengalami obesitas sentral (100%). Berdasarkan hasil uji bivariat diperoleh nilai p -value = 0,033. Hal ini membuktikan bahwa IMT memiliki hubungan yang signifikan dengan obesitas sentral pada kelompok perempuan dewasa. Hal ini berarti semakin tinggi IMT seseorang maka semakin meningkat juga lingkar perutnya.

Pada penelitian ini responden dengan kategori IMT diatas normal lebih banyak mengalami obesitas sentral dibandingkan kategori IMT normal. Pada kategori normal 54.5% responden mengalami obesitas sentral hal ini terjadi diakibatkan tidak meratanya lemak pada tubuh yang berasal dari pola konsumsi yang tidak baik bagi kesehatan seperti mengomsumsi makanan dan minuman tinggi gula serta aktivitas fisik yang rendah. Pada kategori IMT obesitas sebanyak 88.9% menderita obesitas sentral sedangkan 11.1% tidak obesitas sentral, hal ini bisa terjadi akibat

masa otot yang lebih tinggi dibandingkan massa lemak pada tubuhnya. Hal ini sama dengan hasil yang disampaikan oleh Kusumarahmawati *et al.*, (2023) Jika individu memiliki berat badan diatas normal, namun tidak mengalami lingkar perut berlebih, maka persentase yang paling besar didalam tubuhnya adalah massa otot bukan massa lemak, Hal ini karena massa otot yang tinggi dapat menyebabkan peningkatan IMT. Namun, meskipun seseorang memiliki massa lemak yang tinggi, belum tentu IMT-nya berada di atas normal.

Penelitian ini sejalan dengan temuan Nurul Sukmawati (2020) yang menunjukkan adanya hubungan antara IMT dan obesitas sentral. Individu dengan IMT dalam kategori obesitas memiliki risiko 98 kali lebih tinggi mengalami obesitas sentral dibandingkan mereka yang memiliki IMT normal.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa persentase kategori kolesterol tinggi lebih banyak mengalami obesitas sentral yaitu 76.5% dibandingkan dengan kategori kadar kolesterol normal sejalan dengan temuan Siregar (2020) yang menyatakan orang yang mempunyai lingkar perut abnormal memiliki Kadar kolesterol darah total lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang memiliki lingkar perut normal karena peningkatan jumlah trigliserida dalam sirkulasi. Hasil analisa diperoleh nilai yang tidak signifikan kadar kolesterol dengan obesitas sentral didapatkan p -value = 0,439. Hal ini membuktikan bahwa kadar kolesterol tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan obesitas sentral.

Pada penelitian ini obesitas sentral dan kadar kolesterol tidak memiliki hubungan langsung. Responden dengan kadar kolesterol normal maupun tinggi tetap dapat mengalami obesitas sentral. Kadar kolesterol yang tinggi bisa dipengaruhi oleh faktor genetik, adanya penyakit diabetes mellitus, konsumsi makanan tinggi kolesterol seperti gorengan, udang, dan daging merah, yang berkontribusi signifikan terhadap risiko tersebut tanpa tergantung seseorang mengalami obesitas sentral atau tidak. Pada penelitian ini pemeriksaan kolesterol dilakukan dalam sewaktu tidak dalam keadaan yang berpuasa sehingga responden sebelum melakukan pemeriksaan bisa

mengonsumsi makanan yang dapat mempengaruhi kadar kolesterol.

Di sisi lain, individu dengan obesitas sentral bisa memiliki kadar kolesterol normal jika metabolisme lipidnya berfungsi dengan baik. Individu dengan kondisi normal dapat mengalami obesitas sentral akibat pola makan yang tidak terjaga, aktivitas fisik yang kurang memadai, serta riwayat kehamilan dan persalinan (Siregar *et al.*, 2020).

Peneliti berpendapat tidak adanya hubungan antara kadar kolesterol dengan obesitas sentral karena obesitas sentral lebih mungkin dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti aktivitas fisik, pola makan, dan genetika, dibandingkan oleh kolesterol saja. Kolesterol tinggi memang sering terkait dengan penumpukan lemak tubuh, tetapi hubungannya dengan obesitas sentral mungkin lebih kompleks. Selain itu, kadar kolesterol dalam darah tidak selalu menggambarkan pola penyebaran lemak dalam tubuh. Obesitas sentral lebih berkaitan dengan lemak visceral yang dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor metabolik di luar kolesterol.

Meskipun obesitas sentral dapat memengaruhi kadar kolesterol, tidak selalu terdapat hubungan langsung dan signifikan. Penelitian oleh Xue *et al.*, (2024) menemukan bahwa peningkatan kadar kolesterol tidak selalu sejalan dengan peningkatan obesitas sentral pada semua individu.

Temuan dari penelitian ini mengidentifikasi adanya keterkaitan tingkat pendidikan dengan obesitas sentral dengan $p\text{-value} = 0.932$. Tidak adanya keterkaitan antara tingkat pendidikan dengan obesitas sentral dalam penelitian ini disebabkan responden dengan semua kategori sama-sama berpeluang mengalami obesitas sentral. Tingkat pendidikan tidak berkorelasi langsung dengan terjadinya obesitas sentral, walaupun tingkat pendidikan mempengaruhi cara seseorang dalam berfikir dan tingkat pengetahuannya.

Temuan ini selaras dengan hasil penelitian Suha and Rosyada (2022) yang menyatakan tidak terdapat korelasi antara tingkat pendidikan dan obesitas sentral. Penelitian Putri *et al.*, (2022) juga mendukung hal tersebut, dengan menunjukkan bahwa

obesitas sentral lebih sering terjadi pada responden dengan pendidikan dasar dibandingkan dengan yang berpendidikan lebih tinggi. Kondisi ini kemungkinan disebabkan oleh rendahnya daya beli pada individu dengan tingkat pendidikan rendah, sehingga pola makan mereka cenderung didominasi oleh karbohidrat dan minim asupan protein. Namun, hasil ini berbeda dengan penelitian Puspitasari (2018) yang menemukan adanya hubungan antara tingkat pendidikan dan prevalensi obesitas sentral pada kelompok usia dewasa.

Hasil penelitian ini sebanyak 75% responden menikah dan terdapat hubungan antara status perkawinan dan obesitas sentral dengan $p\text{-value} = 0,023$ hasil ini sama dengan hasil yang disampaikan oleh Warsid, *et al.* (2023) yang memberitahu pertambahan usia terjadi penurunan metabolisme dan perubahan beberapa hormon sehingga terjadi penumpukan lemak di area perut. Secara alami, perempuan memiliki simpanan lemak tubuh yang lebih banyak di bagian perut dibandingkan laki-laki. Risiko mengalami obesitas sentral meningkat setelah perempuan memasuki masa menopause. Pada fase pascamenopause, biasanya terjadi peningkatan lemak di area perut, serta naiknya kadar kolesterol total dan trigliserida. Seiring bertambahnya usia dan akibat perubahan hormon saat menopause, penumpukan lemak di bagian tengah tubuh pun menjadi lebih tinggi (Phelps *et al.*, 2024).

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh responden dengan tingkat pendapatan tinggi mengalami obesitas sentral (100%). Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan ketersediaan finansial yang lebih besar memungkinkan akses ke makanan yang tinggi kalori, gula, dan lemak, sehingga meningkatkan asupan energi dan berpotensi menyebabkan penambahan berat badan serta obesitas sentral. Hasil analisa data didapatkan $p\text{-value} = 0,413$.

Tidak adanya kaitan tingkat pendapatan dengan obesitas sentral pada penelitian ini disebabkan 72.1% responden tidak memiliki pekerjaan sehingga responden tidak memiliki pendapatan, Ketidadaan penghasilan tetap tidak selalu menunjukkan bahwa seseorang memiliki pola makan yang lebih baik atau asupan

makanan yang lebih rendah. Justru, individu yang tidak memiliki pendapatan cenderung memilih makanan yang terjangkau namun rendah kandungan gizinya, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko terjadinya obesitas sentral.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Nurul Sukmawati (2020) tidak adanya hubungan yang antara pendapatan dan obesitas sentral. Hal ini dikarenakan responden yang memiliki pendapatan rendah juga mengonsumsi makanan yang tinggi kalori. Penelitian ini tidak sama dengan teori yang membuktikan bahwa individu berpendapatan tinggi akan mengonsumsi makanan tinggi kalori dan sebaliknya serta akan memiliki aktivitas fisik yang rendah. Pendapatan seseorang dapat memengaruhi risiko terjadinya obesitas sentral. Semakin tinggi pendapatan, semakin besar kemungkinan seseorang mengonsumsi makanan berkalori tinggi.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa kategori responden bekerja dari 12 individu yang memiliki pekerjaan, sebanyak 10 orang (83.3%) mengalami obesitas sentral, sedangkan 2 orang (16.7%) tidak mengalaminya. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang bekerja dalam sampel ini mengalami obesitas sentral. Sementara untuk kategori tidak bekerja dari 31 responden tidak bekerja, 20 orang (64.5%) mengalami obesitas sentral, dan 11 orang (35.5%) tidak mengalami obesitas sentral.

Hasil analisa menunjukkan tidak terdapat nilai yang signifikan antara pekerjaan dengan obesitas sentral dengan didapatkan hasil $p\text{-value} = 0.205$. Baik individu bekerja atau tidak bekerja sama-sama mengalami obesitas sentral.

Hasil ini sama dengan penelitian Nurul Sukmawati (2020) yang membuktikan tidak adanya korelasi antara pekerjaan dan kejadian obesitas sentral pada kelompok dewasa. Individu yang tidak bekerja atau memiliki tingkat aktivitas fisik yang rendah cenderung membakar energi lebih sedikit. Bila pola ini disertai dengan konsumsi makanan berlebih, maka lemak akan mudah menumpuk di dalam tubuh. Selain itu, pekerjaan yang menuntut seseorang duduk dalam waktu lama juga

berisiko meningkatkan kadar kolesterol total dalam darah. Kondisi ini berhubungan dengan penurunan sensitivitas terhadap insulin serta menurunnya aktivitas enzim yang berperan dalam pemecahan lemak. Dengan demikian, baik individu yang bekerja maupun yang tidak, tetap berisiko mengalami obesitas sentral apabila tidak menjalani pola hidup sehat.

Penelitian ini didukung oleh penelitian Khairani *et al.*, (2024) yang menyatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan obesitas sentral.

Berdasarkan hasil analisis, sebanyak 81,5% responden berusia 40–59 tahun mengalami obesitas sentral. Analisis menunjukkan terdapat hubungan antara usia dan obesitas sentral, dengan $p = 0,030$. Temuan ini sejalan dengan penelitian Khairani *et al.*, (2024) yang mengungkapkan adanya korelasi yang signifikan antara usia dan kejadian obesitas sentral. Hal ini memperkuat bahwa usia merupakan salah satu faktor yang memengaruhi peningkatan risiko obesitas sentral.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Septiyanti dan Seniwati (2020), yang menyatakan bahwa risiko obesitas sentral meningkat seiring bertambahnya usia. Seiring bertambahnya usia, tubuh secara alami mengalami perubahan fisiologis dan komposisi, seperti peningkatan lemak tubuh. Salah satu dampaknya adalah munculnya obesitas sentral, yang ditandai dengan penumpukan lemak di area perut. Faktor usia menjadi salah satu penyebab utama, karena risiko obesitas sentral cenderung meningkat saat seseorang mulai memasuki usia dewasa (Khairani *et al.*, 2024).

Kesimpulan

Status perkawinan, indeks massa tubuh (IMT), dan usia memiliki keterkaitan dengan kejadian obesitas sentral pada kelompok dewasa di wilayah kerja Puskesmas Montasik, Kabupaten Aceh Besar. Sementara itu, kadar kolesterol, tingkat pendapatan, pendidikan, dan jenis pekerjaan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap kondisi tersebut. Disarankan agar Puskesmas dan instansi terkait meningkatkan edukasi mengenai gaya hidup

sehat, termasuk konsumsi gizi seimbang dan aktivitas fisik teratur.

Daftar Pustaka

- Dinkes Aceh Besar. (2024). *Data obesitas sentral*.
- Khairani, N., Saputri1, N. A., Syavani, D., & Effendi1, S. U. (2024). *Hubungan usia, pekerjaan, dengan kejadian obesitas sentral pada wanita usia 25-54 tahun*. 31(1), 51–58.
- Kusumarahmawati, A., Mailani, R., & Sirada, A. (2023). Indeks massa tubuh dan obesitas sentral kaitannya dengan tekanan darah pada anggota batalyon x. *Jurnal Fisioterapi Terapan Indonesia*, 2(2). <https://doi.org/10.7454/jfti.v2i2.1091>
- Mahardika, R., Studi, P., Gizi, I., Kesehatan, F. I., & Surakarta, U. M. (2021). *Literature Review : Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada usia dewasa*.
- Nurhasanah, N., Pardede, I. T., Nauli, F., Hayati, I., Nasution, F. R., & Hermawan, A. R. (2022). Analisis asupan karbohidrat dan lemak pada dewasa muda dengan obesitas sentral di fakultas kedokteran universitas riauw. *Jurnal Ilmu Kedokteran (Journal of Medical Science)*, 16(1), 16. <https://doi.org/10.26891/jik.v16i1.2022.16-21>
- Nurul Sukmawati. (2020). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas sentral*.
- Phelps, N. H., Singleton, R. K., Zhou, B., Heap, R. A., Mishra, A., Bennett, J. E., Paciorek, C. J., Lhoste, V. P., Carrillo-Larco, R. M., Stevens, G. A., Rodriguez-Martinez, A., Bixby, H., Bentham, J., Di Cesare, M., Danaei, G., Rayner, A. W., Barradas-Pires, A., Cowan, M. J., Savin, S., ... Ezzati, M. (2024). Worldwide trends in underweight and obesity from 1990 to 2022: a pooled analysis of 3663 population-representative studies with 222 million children, adolescents, and adults. *The Lancet*, 403(10431), 1027–1050. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)02750-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)02750-2)
- Purwaningtyas, D. R., & Tanjung, N. P. (2023). *Analisis faktor yang terkait dengan kejadian obesitas sentral pada wanita dewasa*. 7(1), 25–38. <https://doi.org/10.21580/ns.2023.7.1.10771>
- Puspitasari, N. (2018). Kejadian obesitas sentral pada usia dewasa. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(2), 249–259. <https://doi.org/10.15294/higeia.v2i2.21112>
- Putri, R. N., Nugraheni, S. A., & Pradigdo, S. F. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas sentral pada remaja usia 15-18 tahun di provinsi DKI Jakarta (analisis riskesmas 2018). *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(3), 169–177. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.3.169-177>
- Riskesmas. (2018). *Hasil Riskesdas 2018*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesmas-2018_1274.pdf
- Shafira, N. I., Ngaisyah, R. D., & Yuningrum, H. (2020). Hubungan konsumsi serat dan indeks massa tubuh dengan hiperkolesterolemia di pos pembinaan terpadu (posbindu) untuk penyakit tidak menular Kabupaten Kulon Progo Yogyakarta. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(1), 51–58.
- Siregar, M. H., Fatmah, F., & Sartika, R. (2020). Hubungan umur dan obesitas sentral dengan kadar kolesterol total penduduk Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v1i2.408>
- SKI. (2023). *Survey Kesehatan Indonesia. Kota Bukittinggi Dalam Angka*, 1–68.
- Suha, G. R., & Rosyada, A. (2022). 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas (analisis lanjut data riskesmas 2018). *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 6(1), 43–56.
- Wahidin, M. D. S., & Sukmana, F. S. (2022). Fastfood dan rendahnya aktifitas fisik memicu obesitas central pada mahasiswa. *Tunas Media Jurnal Kedokteran & Kesehatan*, 8, 1–4.
- Warsid, A., Arifin, H., & Jehaman, Tonsisuswi, D.

(2023). Gambaran pengetahuan dan konsep diri remaja berkaitan dengan obesitas. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(6), 854–861.

Xue, Y., Yang, X., & Liu, G. (2024). *Association of combined body mass index and central obesity with cardiovascular disease in middle-aged and older adults: a population-based prospective cohort study.*