

Obesitas dan Sindrom Metabolik pada Remaja. Sebuah Studi Observasional: Program Monitoring, Edukasi dan Pendampingan

Septina Ayu Samsiati, Suryono Yudha Patria, Indah Kartika Murni

Bagian Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan
Universitas Gadjah Mada/RSUP Dr. Sardjito

Abstrak

Obesitas pada anak merupakan permasalahan global dimana *World Health Organization* (WHO) memperkirakan lebih dari 40 juta anak bawah usia 5 tahun mengalami *overweight* atau obesitas. Dengan adanya berbagai faktor yang mempengaruhi luaran obesitas anak maka diperlukan suatu panduan program monitoring dan intervensi khusus bagi anak dan remaja. Kami melaporkan hasil penanganan seorang remaja perempuan berusia 15 tahun yang datang dengan keluhan amenore selama 16 bulan. Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) sebesar 43,4 kg/m², tekanan darah 135/85 mmHg, HbA1C 9,9%, kolesterol 201 mg/dL, hasil USG abdomen didapatkan kesan *fatty liver disease*, dan hasil USG Doppler terdapat penebalan tunika intima arteri karotis externa dextra. Selain mendapat metformin dan simvastatin, dilakukan juga pendampingan dengan titik berat monitoring dan edukasi modifikasi gaya hidup sehat. Pengamatan 29 bulan menunjukkan adanya perbaikan dalam hal pilihan modifikasi diet, pengurangan gaya hidup *sedentary*. Meskipun IMT belum mencapai target yang direncanakan, namun parameter lain banyak mengalami perbaikan dengan penurunan penebalan tunika intima arteri karotis, *fatty liver*, dan kembali normalnya siklus menstruasi, tekanan darah dan kadar lemak darah. Program monitoring yang dilakukan dengan intervensi pada pasien dan keluarga pasien menunjukkan efek perbaikan terhadap modifikasi gaya hidup. Namun, kami melihat hasil yang didapatkan belum maksimal karena tidak melibatkan anggota komunitas yang lain dalam hal ini *peer group* dan lingkungan sekolah bagi anak remaja.

Kata kunci:

Sindrom metabolik, obesitas, diabetes mellitus tipe 2, anak, remaja

An observational study: Obesity and metabolic syndrome in adolescents.

A monitoring program, targeting education and close follow-up

Septina Ayu Samsiati, Suryono Yudha Patria, Indah Kartika Murni

Department of Child Health, Faculty of Medicine, Public Health and Nursing, Gadjah Mada University, Yogyakarta

Abstract

Childhood obesity is a global problem where the World Health Organization (WHO) estimate more than 40 million child under 5 has overweight or obesity. With many factors that could influence the outcome in childhood obesity, there is a need of a guideline for monitoring and intervention program. A 15 year old teenage girl came with a complaint of amenorrhea for 16 months. Her Body Mass Index (BMI) was 43,4 kg/m², HbA1C 9,9%, cholesterol 201 mg/dL, fatty liver disease, and increased carotid intima-media thickness. Besides being given metformin and simvastatin, the patient also received close monitoring and follow up in life style modification. An observation of 29 months show an improvement in food choice, less sedentary life style, and self blood glucose and blood pressure assesment. Though the BMI did not achieve the BMI target that was set, other parameters shown improvement. Increased thickness of carotid intima-media and the fatty liver disease was no longer found, blood pressure and cholesterol level also normalized. A monitoring program with intervention towards the patient and the family shown an improvement in lifestyle modification. A better result is expected if we also involve the community of the patient which is peer group and school.

Keywords:

Metabolic syndrome, obesity, type 2 diabetes mellitus, children, adolescent