

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Memasuki era globalisasi, Indonesia menghadapi masalah gizi yaitu masalah gizi kurang, gizi lebih, dan adanya ketidakseimbangan antara asupan energi (*energy intake*) (Mardayanti, 2008). Gizi lebih berhubungan dengan penyakit degeneratif pada umur yang lebih muda dan kecenderungan mengalami obesitas (Yunisa, 2012). Kurang gizi maupun gizi lebih disebabkan karena ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan zat gizi dalam tubuh (Maulana, Sirajuddin, dan Najamuddin, 2012). Zat - zat gizi yang terkandung di dalam makanan sehari - hari harus tepat dan memadai karena merupakan kunci perkembangan dan pemeliharaan kesehatan tubuh (Natalia, 2012). Dewasa ini merupakan masa rawan gizi, yaitu kebutuhan akan gizi yang diperlukan sangat berperan, tetapi tidak mengetahui cara untuk memenuhi kebutuhan gizi dan sering tidak ingin memenuhinya sehingga menimbulkan masalah gizi (Mardayanti, 2008).

Ketidakseimbangan asupan energi terdiri dari ketidakseimbangan positif dan ketidakseimbangan negatif. Ketidakseimbangan positif terjadi apabila asupan energi lebih besar daripada kebutuhan sehingga dapat menyebabkan kelebihan berat badan atau gizi lebih, sedangkan ketidakseimbangan negatif terjadi

apabila asupan energi lebih sedikit daripada kebutuhan sehingga mengakibatkan kekurangan berat badan atau gizi kurang atau bisa disebut dengan kurus (Mardayanti, 2008). Kekurangan gizi akan mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh terhadap penyakit, meningkatkan angka penyakit (morbiditas), mengalami pertumbuhan tidak normal (pendek), tingkat kecerdasan rendah, produktivitas rendah dan terhambatnya organ reproduksi (Natalia, 2012).

Setiap individu membutuhkan makanan yang sehat untuk menjaga kesehatan dan mendukung kelancaran aktivitas, terutama bagi individu yang memiliki aktivitas keseharian yang padat, misalnya mahasiswa. Mahasiswa tergolong dalam kelompok usia transisi dari masa remaja akhir menjadi masa dewasa awal. Seseorang yang memasuki usia transisi ini sudah mulai peduli dan memperhatikan tentang makanan yang dikonsumsi untuk mencukupi kebutuhan dan keseimbangan asupan nutrisi makanan agar mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan tubuh, dan konsentrasi dalam belajar. Asupan gizi yang kurang menjadikan status gizi mahasiswa menjadi buruk, sehingga tidak memiliki cukup energi untuk melaksanakan aktivitas kesehariannya (Natalia, 2012). Ketidakseimbangan antara asupan kebutuhan atau kecukupan akan menimbulkan masalah gizi, baik itu berupa masalah gizi lebih maupun gizi kurang yang ditentukan melalui pengukuran indeks massa tubuh (IMT) (Mardayanti, 2008). Status gizi adalah keadaan tubuh seseorang yang dipengaruhi oleh asupan makanan dan penggunaan zat-zat gizi yang diukur dari berat badan dan tinggi badan dengan perhitungan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB), sehingga konsumsi makanan berpengaruh pada status gizi

seseorang, dan memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan umum pada tingkat setinggi mungkin (Yunisa, 2012). Kelebihan berat badan merupakan suatu kondisi ketidakseimbangan gizi antara zat gizi yang disimpan dalam bentuk lemak tubuh dengan zat gizi yang digunakan untuk menghasilkan energi dan metabolisme tubuh (Mardayanti, 2008). Saat ini terbukti bahwa prevalensi kelebihan berat badan (*overweight*) dan obesitas meningkat sangat tajam yang mencapai tingkatan yang membahayakan (Mardayanti, 2008).

Keadaan gizi yang rendah pada suatu wilayah akan menentukan tingginya angka prevalensi kurang gizi secara nasional (Maulana, Sirajuddin, dan Najamuddin, 2012). Prevalensi penduduk laki-laki dewasa obesitas pada tahun 2013 lebih tinggi dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya yaitu sebanyak 19,7%. Pada tahun 2013, prevalensi terendah di Nusa Tenggara Timur (9,8%) dan tertinggi di provinsi Sulawesi Utara (34,7%). Enam belas provinsi dengan prevalensi diatas prevalensi nasional, yaitu Aceh, Riau, Sulawesi Tengah, Bangka Belitung, Jawa Timur, DI Yogyakarta, Maluku Utara, Gorontalo, Kepulauan Riau, Sumatera Utara, Papua Barat, Bali, Kalimantan Timur, Papua, DKI Jakarta dan Sulawesi Utara. Prevalensi obesitas perempuan dewasa (>18 tahun) 32,9% pada tahun 2013. (Riskesdas, 2013). Prevalensi penduduk usia dewasa kurus, gizi lebih, dan obesitas menurut IMT pada masing-masing provinsi yaitu prevalensi penduduk dewasa kurus 8,7%, berat badan lebih 13,5% dan obesitas 15,4%. Prevalensi penduduk kurus terendah di provinsi Sulawesi Utara (5,6%) dan tertinggi di Nusa Tenggara Timur (19,5%). Dua belas provinsi dengan prevalensi penduduk dewasa kurus yaitu Kalimantan

Tengah, Sulawesi Barat, Sumatera Barat, Jawa Timur, Maluku, Jawa Tengah, Banten, Sulawesi Selatan, Nusa Tenggara Barat, Kalimantan Selatan, DI Yogyakarta dan Nusa Tenggara Timur (Risikesdas, 2013). Persentase berat badan lebih untuk Kalimantan Barat, Kalimantan Tengah, Kalimantan Selatan, dan Kalimantan Timur berturut-turut adalah 6,6%, 7,5%, 7,8%, dan 11,6%. Persentase obesitas untuk Kalimantan Barat 6,4%, Kalimantan Tengah 7,7%, Kalimantan Selatan 8,9%, dan Kalimantan Timur 11,9%, sehingga dari data tersebut dapat diketahui persentase berat badan lebih dan obesitas penduduk dewasa (15 tahun ke atas) yang dinilai dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) di Pulau Kalimantan sebesar 8,4% dan 8,7%. Status gizi pada penduduk dewasa di Pulau Kalimantan yang dinilai dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk berat badan lebih masih dibawah prevalensi nasional, sedangkan prevalensi obesitas diatas prevalensi nasional (Anggraini, 2014). Persentase status gizi penduduk dewasa (>18 Tahun) menurut kategori IMT dari kabupaten atau kota di Provinsi Kalimantan Barat kurus 9,9 %, normal 69,9%, berat badan lebih 9,7%, obesitas 10,4% (Risikesdas, 2013).

Hasil studi awal yang dilakukan pada tanggal 2 – 4 Juni 2015 dengan mewawancarai dan melakukan penilaian status gizi menggunakan indeks massa tubuh dengan mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan pada 25 mahasiswa dalam Ikatan Pelajar dan Mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta mulai dari yang berumur dari 18 tahun hingga usia 25 tahun didapatkan bahwa 14 orang mengalami kelebihan berat badan. Penilaian status gizi dari 14 orang tersebut 2 diantaranya mengalami kelebihan berat badan dan 12 orang mengalami kelebihan berat

badan ringan. 11 orang dari 25 mahasiswa tersebut mengatakan makan apa saja yang ada tanpa memikirkan kekurangan atau kelebihan status gizi dan mereka rata-rata mengalami kekurangan berat badan tingkat rendah dan rata-rata pengetahuan mahasiswa tentang gizi pada makanan yang mereka makan tingkat rendah. Para mahasiswa juga mengatakan kurangnya pengetahuan tentang gizi maka akan mengalami kekurangan dan juga bisa mengalami kelebihan status gizi. Berdasarkan latar belakang tersebut yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan status gizi pada mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta Januari 2016.

#### **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah ada hubungan tingkat pengetahuan dengan status gizi pada mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta Januari 2016?".

#### **C. Tujuan Penelitian**

##### 1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan status gizi pada mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta Januari 2016.

2. Tujuan khusus
  - a. Mengetahui karakteristik responden yaitu usia dan pendidikan terakhir pada mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta Januari 2016.
  - b. Mengetahui tingkat pengetahuan pada mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta Januari 2016.
  - c. Mengetahui gambaran status gizi pada mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta Januari 2016.
  - d. Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan status gizi pada mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta Januari 2016.
  - e. Mengetahui keeratan hubungan tingkat pengetahuan dengan status gizi pada mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta Januari 2016, jika terdapat hubungan yang signifikan.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan kesehatan khususnya bidang keperawatan yang berkaitan dengan hubungan tingkat pengetahuan dengan status gizi pada mahasiswa.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat Di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta.

Diharapkan hasil penelitian dapat menambah wawasan tentang status gizi pada mahasiswa Sekadau Kalimantan Barat di Gowok Catur Tunggal Sleman Yogyakarta sehingga dapat menjaga dan memperbaiki pola konsumsi makanan yang sehat dan bergizi.

- b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan kesehatan dan menambah referensi pengetahuan tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan status gizi pada mahasiswa.

- c. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian diharapkan bisa digunakan untuk menambah pengetahuan dan sebagai referensi penelitian selanjutnya tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan status gizi pada mahasiswa.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan Penelitian
1.	Maulana, Sirajuddin, dan Najamuddin (2012) dengan judul "Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Terhadap Status Gizi Siswa SD INPRES PANNAMPU".	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan, sikap dan tindakan siswa terhadap status gizi pada siswa SD.	Survei yang bersifat deskriptif kualitatif. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara <i>proportional sampling</i> dengan jumlah 82 sampel dari 104 populasi. Pengumpulan data dilakukan dengan data primer dan data sekunder yaitu dengan cara membagikan kuesioner dan wawancara langsung dengan responden. Data primer meliputi informasi tentang pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa diperoleh melalui kuesioner dan wawancara. Data sekunder mengenai jumlah responden, diperoleh dari bagian tata usaha sekolah. Data hasil penelitian diperoleh dengan observasi dan wawancara, kemudian diolah secara manual dan dengan menggunakan program <i>WHO AnthroPlus</i> dan <i>SPSS</i> .	Tingkat pengetahuan responden tentang gizi yaitu 46,3% termasuk dalam kategori "cukup" dan 53,7% termasuk dalam kategori "kurang". Sedangkan sikap responden tentang gizi yaitu 96,3% termasuk dalam kategori "positif" dan 3,7% yang termasuk dalam kategori "negatif". Adapun tindakan gizi responden yaitu 39% yang termasuk dalam kategori "baik" dan 61% yang termasuk dalam kategori "kurang".	Persamaan penelitian dengan penelitian Maulana, Sirajuddin, dan Najamuddin (2012) adalah pada variabel independen sama-sama menggunakan tingkat pengetahuan. Perbedaan terletak pada variabel independen lainnya yaitu sikap dan tindakan serta variabel dependen adalah status gizi pada siswa SD, dan lokasi penelitian yang berbeda. Jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Pengambilan sampel dengan cara quota <i>sampling</i> dan jumlah sampel 59 dari 70 populasi. Analisa data menggunakan uji <i>chi-square yate's correction</i> .



<p>2. Nurjanah (2012) dengan judul "Keadaan Pengetahuan dan Pola Konsumsi Siswa Program Keahlian Kompetensi Jasa Boga".</p>	<p>Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan gizi pada siswa program keahlian kompetensi Jasa Boga di SMK N 2 Godean dan mengetahui pola konsumsi siswa program keahlian kompetensi Jasa Boga di SMK N 2 Godean.</p>	<p>Jenis penelitian ini adalah <i>ex post facto</i> dengan menggunakan teknik <i>purposive random sampling</i>. Instrumen yang digunakan untuk pengetahuan gizi dan pola konsumsi menggunakan angket. Uji validitas instrumen yang digunakan adalah validitas konstrak (<i>construct validity</i>), dengan uji validitas oleh para ahli (<i>expert judgment</i>) dan uji reliabilitas dengan rumus Alpha Cronbach dengan bantuan SPSS 16.0 For Windows . Uji coba instrumen dilakukan terhadap 24 siswa yang tidak menjadi responden penelitian. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif, penentuan mean, median, modus dengan bantuan SPSS 16.0 For Windows.</p>	<p>Hasil penelitian adalah pengetahuan gizi siswa program keahlian kompetensi Jasa Boga dalam kategori tinggi (56,42%), konsep remaja dalam kategori sangat tinggi (39,74%), konsep gizi remaja dalam kategori cukup (39,74%), kebutuhan gizi dalam kategori tinggi (44,87%), menu, ragam dan hidangan dalam kategori sangat tinggi (52,56%). Pola konsumsi pangan makanan pokok adalah nasi putih dikonsumsi lebih dari satu kali sehari, pengganti nasi adalah roti dikonsumsi kurang dari tiga kali perminggu, lauk hewani adalah telur dikonsumsi kurang dari tiga kali perminggu, lauk nabati adalah tempe dikonsumsi lebih dari satu kali sehari, sayuran adalah wortel dikonsumsi tiga kali perminggu, buah-buahan adalah jeruk dikonsumsi tiga kali perminggu, cemilan kering adalah cemilan berbahan terigu dikonsumsi kurang dari tiga kali perminggu, cemilan basah adalah gorengan dikonsumsi satu kali perhari, minuman adalah teh manis dikonsumsi satu kali sehari, susu adalah susu kental manis dikonsumsi kurang dari satu kali perminggu, <i>junk food</i> adalah <i>fried chicken</i> dikonsumsi kurang dari satu kali perminggu.</p>	<p>Persamaan penelitian dengan penelitian Nurjanah (2012) adalah pada variabel independen sama-sama menggunakan pengetahuan. Perbedaan terletak pada variabel independen lainnya yaitu pola konsumsi variabel dependen adalah program keahlian kompetensi Jasa Boga, dan lokasi penelitian yang berbeda. Jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>. Pengambilan sampel dengan cara quota <i>sampling</i>. Jumlah sampel 59 dari 70 populasi. Analisa data menggunakan uji <i>chi-square yate's correction</i>.</p>
---	---	---	---	---

<p>3. Yunisa (2012) dengan judul "Hubungan Pola Konsumsi Makanan dengan Status Gizi pada Siswa SMA Negeri 2 RSBI Banda Aceh".</p>	<p>Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola konsumsi makanan dengan aktivitas yang berpengaruh terhadap keadaan tubuh atau status gizi siswa SMA Negeri 2 RSBI Banda Aceh.</p>	<p>Jenis penelitian adalah penelitian survey kuantitatif yang bersifat deskriptif. Populasi penelitian adalah siswa SMA Negeri 2 RSBI Banda Aceh kelas X dan kelas XI berjumlah 389 siswa dan sebanyak 80 siswa dijadikan sebagai sampel. Penentuan sampel dilakukan secara <i>proportional random sampling</i>. Metode yang digunakan adalah metode survey konsumsi pangan yang bersifat kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan angket dan wawancara. Data dianalisis dengan Z – Skor dan menggunakan korelasi <i>product moment</i>.</p>	<p>Hasil penelitian adalah tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola konsumsi makanan dengan status gizi pada siswa SMA Negeri 2 RSBI Banda Aceh.</p>	<p>Persamaan dengan penelitian Yunisa (2012) adalah sama-sama menggunakan variabel dependen adalah status gizi dan jenis penelitiannya sama-sama merupakan deskriptif kuantitatif. Perbedaannya adalah tempat penelitian. Pengambilan sampel dengan cara <i>quota sampling</i> dan jumlah sampel 59 dari 70 populasi. Analisa data menggunakan uji <i>chi-square yate's correction</i>.</p>
---	--	--	---	---