

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Sejumlah penyakit degeneratif di Indonesia seperti diabetes mellitus, hipertensi, dan stroke menunjukkan peningkatan insiden (Riskesdas, 2013). Penyakit degeneratif ini erat kaitannya dengan pola hidup masyarakat modern yang berubah, terutama pola asupan makanan yang semakin mengarah kepada peningkatan asupan makanan siap saji yang kaya akan energi, lemak, dan semakin murah (World Bank, 2012). Kecenderungan peningkatan ini tentu mengkhawatirkan, karena pada masyarakat modern, asupan berlebihan dari kalori dan lemak pada umumnya tidak diimbangi dengan aktivitas fisik yang cukup. Keadaan ini dapat mengakibatkan obesitas dan akhirnya dapat meningkatkan resiko terjadinya berbagai penyakit degeneratif.

Status gizi pada kelompok dewasa di atas 18 tahun didominasi dengan masalah obesitas, walaupun masalah kurus juga masih cukup tinggi. Angka obesitas pada perempuan cenderung lebih tinggi dibanding laki-laki. Berdasarkan karakteristik masalah obesitas cenderung lebih tinggi pada penduduk yang tinggal di perkotaan, berpendidikan lebih tinggi dan pada kelompok status ekonomi yang tertinggi pula (Riskesdas 2010). Remaja adalah kelompok yang memiliki pilihan makanan paling luas, dikarenakan akses keluar rumah yang tinggi dan status ekonomi yang baik. Bahkan cenderung tidak ingin makan bersama keluarga di rumah. Remaja pada umumnya memiliki aktivitas yang tinggi di luar rumah, keinginan bersosialisasi, kecenderungan mencari kesenangan, dan keinginan untuk tidak kehilangan status dari

lingkungan pergaulannya. Hal tersebut membuat remaja cenderung mudah dipengaruhi oleh temannya dalam memilih makanan, hingga aspek kandungan gizi sering terlupakan (Khomsan, 2004).

Asupan makanan menjadi penting karena masalah malnutrisi, baik kekurangan ataupun kelebihan makronutrien ataupun mikronutrien, saat ini menjadi beban ganda yang sangat mendesak untuk Indonesia. Masalah kekurangan nutrisi masih belum berkurang. Masalah kelebihan nutrisi justru menunjukkan peningkatan. Kelebihan nutrisi akan mengarahkan individu kepada obesitas yang akan membawa kepada banyak komplikasi penyakit. Parahnya, penelitian menunjukkan angka anak dan remaja yang mengalami kegemukan terus meningkat (World Bank, 2012). Dampak masalah gizi lebih tampak dengan semakin meningkatnya kejadian penyakit degeneratif, seperti jantung koroner, diabetes mellitus (DM), hipertensi, dan penyakit hati (Supriasa, 2002).

Dewasa ini kejadian obesitas pada anak-anak dan remaja di Indonesia bertambah banyak. Prevalensi nasional obesitas pada anak sekolah usia 6-14 tahun untuk anak laki-laki meningkat dari 9,5 % pada tahun 2007 menjadi 10,7% pada tahun 2010. Prevalensi obesitas untuk anak perempuan juga mengalami peningkatan dari 6,45% pada tahun 2007 menjadi 7,7% pada tahun (Riskesdas, 2010) .

Dari sebuah penelitian, diketahui bahwa faktor risiko yang paling berhubungan dengan obesitas anak usia 5-15 tahun adalah tingkat pendidikan (Sartika, 2011). Penelitian yang dilakukan terhadap siswa SMAK Santa Agnes, Surabaya, menunjukkan bahwa sebagian besar (60%) tingkat pengetahuan gizi remaja pada kelompok obesitas

adalah kurang, sedangkan 85% remaja pada kelompok non obesitas memiliki pengetahuan gizi yang cukup (Suryaputra, 2012). Pada penelitian lain, ditemukan bahwa uang saku lebih menentukan konsumsi makanan cepat saji daripada pengetahuan dan peer group pada siswi SMA Theresiana 1 Semarang (Imtihani, 2012).

Hasil penelitian pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado menunjukkan bahwa pengetahuan gizi seimbang mahasiswa sebagian besar baik yaitu sebanyak 199 orang (79%) dan pengetahuan gizi kurang 53 orang (21%). Adapun praktik gizi seimbang, kategori baik sebanyak 154 orang (61,1%) dan kategori tidak baik 98 orang (38,9%). Dari penelitian ini disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi seimbang dengan praktik gizi seimbang mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado (Maharibe, 2014). Sementara, penelitian lain mengenai hubungan antara perilaku gizi seimbang dengan kejadian hipertensi pada dosen Universitas Hassanudin Makasar didapatkan bahwa dosen yang mempunyai pengetahuan cukup tentang gizi seimbang 61,36%, sikap positif terhadap gizi seimbang 52,27%, praktik yang baik terhadap gizi seimbang 24,62% (Shafira, 2010). Pada penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, didapatkan bahwa sebanyak 90,5% responden memiliki pengetahuan yang baik tentang *fast food*. Sebanyak 96,4% responden memiliki sikap yang baik terhadap *fast food*, namun

sebanyak 57,2% responden memiliki perilaku yang kurang baik terhadap *fast food* (Wulansari, 2009).

Dari sejumlah data penelitian di atas, dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan tentang zat gizi dan asupan makanan sehat memiliki hubungan pada sebagian komunitas dan tidak memiliki hubungan pada sebagian komunitas lainnya. Asupan makanan, dari berbagai penelitian, diketahui memiliki hubungan dengan status ekonomi, pengetahuan, ketersediaan pangan, gaya hidup, dan faktor-faktor lainnya.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan tingkat pengetahuan dan sikap tentang zat gizi dengan asupan makanan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

## **1.2 Rumusan masalah**

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, rumusan masalah pada penelitian ini antara lain:

1. Bagaimana tingkat pengetahuan dan sikap tentang zat gizi dan asupan makanan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas?
2. Bagaimana hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap tentang zat gizi dengan asupan makanan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Secara umum penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap tentang zat gizi dengan asupan makanan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang zat gizi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
2. Mengetahui sikap tentang zat gizi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
3. Mengetahui asupan makanan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas
4. Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan sikap tentang zat gizi dengan asupan makanan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Ilmu Pengetahuan**

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmu pengetahuan mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan sikap tentang zat gizi dengan asupan makanan pada mahasiswa, sehingga bisa menjadi landasan bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian dalam bidang yang sama.

#### **1.4.2 Bagi Masyarakat**

Memberikan manfaat kepada masyarakat terutama mahasiswa, yaitu dengan menerapkan hasil penelitian ini diharapkan masyarakat dapat melakukan tindakan preventif

sehingga asupan makanan menjadi baik dan akibat yang ditimbulkan asupan gizi yang kurang atau berlebih bisa ditekan, sehingga memicu peningkatan kualitas hidup.

#### 1.4.3 Bagi Fakultas Kedokteran

Penelitian ini juga bermanfaat untuk kemajuan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai kampus yang berkontribusi dalam bidang ilmu pengetahuan dan penelitian.

