

BAB 1: PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kualitas hidup merupakan persepsi seseorang mengenai kehidupan yang terkait dengan kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungannya. Kualitas hidup mencakup aspek-aspek seperti fungsi fisik, emosional, dan peran dalam masyarakat, serta subjektivitas individu terhadap kesehatan mereka.⁽¹⁾ Komponen kualitas hidup meliputi fisik yaitu kesehatan fisik yang dapat dipengaruhi oleh kelelahan atau sakit, psikologis yang dapat dipengaruhi oleh kecemasan dan depresi, sosial yang dapat dipengaruhi oleh interaksi sosial, dan lingkungan yang dapat dipengaruhi oleh keamanan, kebersihan serta keterjangkauan fasilitas kesehatan.⁽²⁾

Kualitas hidup yang buruk akan berdampak pada kesehatan dan akan memicu peningkatan prevalensi penyakit seperti diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung koroner, gagal ginjal kronis, dan depresi.⁽³⁾ Minyoung dalam penelitiannya tahun 2024 mengemukakan bahwa kualitas hidup khususnya terkait kesehatan dapat dipengaruhi oleh umur, tingkat pendidikan, jumlah pemasukan atau ekonomi rendah, dan kondisi kesehatan.⁽⁴⁾ Seringkali, kualitas hidup yang tidak baik dikaitkan dengan adanya perasaan tertekan dan kurangnya kontrol di dalam kehidupan secara umum. Sebaliknya, seseorang dapat dikatakan memiliki kualitas hidup yang baik apabila individu tersebut memiliki perasaan sejahtera dan memiliki kontrol yang baik terhadap diri sendiri serta memiliki pandangan yang positif mengenai masa depan.⁽⁵⁾

Berdasarkan data dari Numbeo tahun 2020, Indonesia menempati peringkat 73 dari 82 negara dengan kualitas hidup yang rendah.⁽⁶⁾ Dari 8 indikator yang ada, hanya 3

indikator yang tergolong baik yaitu kesehatan, biaya hidup, dan iklim. Purba dalam penelitiannya melaporkan bahwa secara umum kualitas hidup masyarakat Indonesia cenderung tidak banyak berubah selama tidak ada perubahan besar seperti krisis ekonomi ataupun bencana. Perubahan kualitas hidup biasanya terjadi dalam 6 sampai 12 bulan pada kelompok dengan perubahan kondisi kesehatan.⁽⁷⁾

Mahasiswa sebagai individu di usia remaja akhir dan dewasa awal mengalami berbagai perubahan baik dari aspek psikologis, fisik, dan sosial sehingga mereka dituntut untuk selalu cepat beradaptasi dengan lingkungannya.⁽⁸⁾ Tuntutan ini terkadang dapat mempengaruhi kualitas hidup dari mahasiswa tersebut. Pernyataan ini didukung oleh penelitian Malibary tahun 2019 yang melaporkan adanya penurunan skor kualitas hidup di kalangan mahasiswa diakibatkan oleh gaya hidup tidak sehat, masalah psikologis, dan kegagalan akademis.⁽⁹⁾ Stres yang dialami mahasiswa muncul akibat adanya perasaan ketidakmampuan untuk menyelesaikan tuntutan akademis seperti tidak mampu dalam menyelesaikan tugas, banyaknya materi yang harus dipelajari, dan jadwal perkuliahan yang padat sehingga berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental serta pada akhirnya menurunkan kualitas hidup mahasiswa.^(10,11)

Penelitian di beberapa negara menunjukkan bahwa rendahnya kualitas hidup mahasiswa berhubungan dengan kesehatan mental dan kecemasan.⁽¹²⁾ Jika mahasiswa mengalami gangguan ini secara terus-menerus maka hal ini akan mengganggu kegiatan perkuliahan dan menyebabkan kelelahan baik itu kelelahan emosional hingga kepada tingkat pencapaian pribadi yang rendah.⁽¹²⁾ Studi kualitas hidup pada beberapa mahasiswa di Indonesia menunjukkan bahwa 30% mahasiswa memiliki kualitas hidup yang buruk akibat gaya hidup tidak sehat dan sulit menyeimbangi tugas perkuliahan dengan aktivitas sehari-hari.⁽¹³⁾ Penelitian lainnya pada mahasiswa di Universitas Negeri Surabaya tahun

2020 menunjukkan bahwa sebanyak 2,7% mahasiswa memiliki persepsi kualitas hidup buruk dalam dimensi kesehatan fisik, 1,8% dalam dimensi psikologi, 8,9% dalam dimensi hubungan sosial, dan sebanyak 7,1% dalam dimensi lingkungan.⁽¹⁴⁾ Selain itu, sebanyak 48,4% mahasiswa di Universitas Lampung juga beranggapan bahwa mereka memiliki kualitas hidup yang kurang baik akibat dari kurangnya dukungan sosial sehingga individu kerap merasa kurang dicintai, diterima, dihargai, dan diperhatikan.⁽¹⁵⁾

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kualitas hidup adalah pengeluaran pangan yang juga berhubungan erat dengan ketahanan pangan. Ketahanan pangan rumah tangga atau individu dapat diukur melalui salah satu indikator yaitu dari pengeluaran total yang terdiri dari pengeluaran pangan dan nonpangan. Ketika pengeluaran pangan lebih besar dari pengeluaran nonpangan maka rumah tangga atau individu dapat dikatakan mengalami kerawanan pangan.⁽¹⁶⁾ Proporsi pengeluaran pangan dihitung dari persentase perbandingan pengeluaran pangan terhadap total pengeluaran rumah tangga atau individu dalam kurun waktu satu bulan.⁽¹⁷⁾ Cahyani dalam penelitiannya menyebutkan bahwa pengeluaran pangan menggambarkan skala prioritas pada pemenuhan kebutuhan pangan maupun nonpangan baik itu oleh rumah tangga ataupun individu.⁽¹⁸⁾ Penelitian Anderson tahun 2022 menyatakan bahwa beasiswa tidak selalu cukup dalam memenuhi kebutuhan pangan mahasiswa.⁽¹⁹⁾ Kondisi ini dapat menyebabkan mahasiswa berisiko tinggi untuk mengalami kerawanan pangan karena tidak sehatnya makanan yang dikonsumsi seperti mengonsumsi makanan olahan yang murah dan rendah nutrisi yang akhirnya dapat berakibat pada kualitas hidup yang buruk.⁽¹⁹⁾

Faktor lain yang dapat memengaruhi kualitas hidup adalah kondisi rawan pangan. Seseorang dikatakan mengalami rawan pangan ketika ia tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan pangan dari segi jumlah, mutu, dan keamanan pangan yang dikonsumsi.⁽²⁰⁾

Berdasarkan data ketahanan pangan/GFSI (*Global Food Security Index*) tahun 2022, Indonesia menempati peringkat 63 dari 113 negara yang dinilai, dengan skor 60,2.⁽²¹⁾ Hal ini berarti dalam hal ketersediaan pangan, aksesibilitas pangan, dan kualitas serta keamanan pangan Indonesia berada di posisi menengah. Maryani dalam penelitiannya menyatakan bahwa angka prevalensi kerawanan pangan di kalangan mahasiswa tergolong tinggi dan dapat memengaruhi hasil akademik, kesehatan, serta psikososial mereka.⁽²²⁾ Mahasiswa rentan terhadap kerawanan pangan karena status sosial ekonomi dan demografi mereka.⁽²³⁾ Mahasiswa yang mengalami kerawanan pangan cenderung mengalami stres, kualitas tidur yang buruk, kebiasaan makan yang buruk, sulit berkonsentrasi, yang secara keseluruhan dapat menurunkan kualitas hidupnya.⁽²⁴⁾

Selain pengeluaran pangan dan kerawanan pangan, kualitas hidup mahasiswa juga dapat dipengaruhi oleh status gizi. Status gizi dapat dilihat sebagai gabungan dari kesehatan individu yang dipengaruhi oleh asupan dan pemanfaatan nutrisi serta ditentukan berdasarkan informasi yang diperoleh melalui studi fisik, biokimia, dan diet.⁽²⁵⁾ Buruknya status gizi dapat didefinisikan sebagai kondisi kekurangan atau kelebihan gizi. Banyak penelitian telah menunjukkan bahwa remaja atau usia dewasa awal (18-25 tahun) memiliki prevalensi yang tinggi terhadap malnutrisi dan faktor risiko penyakit sistem kardiovaskular serta penyakit metabolik. Penyebab utama gangguan ini adalah asupan makanan yang tidak memadai dan kebiasaan makan yang buruk.⁽²⁵⁾ Pernyataan ini sejalan dengan penelitian Shikieri tahun 2024 yang menyebutkan bahwa status gizi yang buruk secara langsung dan tidak langsung berhubungan dengan rendahnya kualitas hidup.⁽²⁶⁾

Masalah psikologis seperti stres juga memiliki pengaruh dalam kualitas hidup mahasiswa. Stres ini dapat disebabkan oleh sulitnya dalam melakukan penyesuaian di bidang akademik maupun nonakademik.⁽²⁷⁾ Penelitian Refnandes tahun 2024 pada

mahasiswa keperawatan angkatan 2023 di Universitas Andalas menunjukkan bahwa sebanyak 47,8% mahasiswa mengalami stres tingkat sedang.⁽²⁷⁾ Meskipun telah menjalani perkuliahan selama satu tahun, tingkat stres mahasiswa memengaruhi kesejahteraan psikologis sebanyak 6,2%.⁽²⁷⁾ Selain faktor psikologis, faktor-faktor fisik dan ekonomi tidak kalah pentingnya. Mahasiswa seringkali kesulitan untuk memenuhi kebutuhan dasar sehari-hari baik itu karena uang sakunya sehingga memengaruhi pengeluaran maupun dalam mencukupi kebutuhan pangannya.

Permasalahan ekonomi dapat berdampak pada asupan harian mahasiswa dan pada akhirnya memengaruhi status gizi mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada hubungan antara pengeluaran pangan, kerawanan pangan, dan status gizi terhadap kualitas hidup mahasiswa. Mahasiswa angkatan 2023 dipilih sebagai subjek penelitian karena mereka telah melewati masa transisi awal perkuliahan tetapi masih beradaptasi dengan kehidupan kampus dengan kegiatan yang semakin banyak salah satunya kegiatan organisasi. Dengan demikian, angkatan 2023 tergolong representatif untuk menggambarkan kualitas hidup mahasiswa aktif.

Publikasi penelitian mengenai gambaran kualitas hidup pada mahasiswa Gizi masih sangat terbatas di Indonesia, khususnya di Sumatra Barat. Begitu juga dengan penelitian mengenai kualitas hidup pada mahasiswa gizi di Universitas Andalas. Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan pada 30 orang mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat di Universitas Andalas angkatan 2020-2024, setiap angkatan diwakili oleh 6 orang mahasiswa dengan rentang usia responden 19 hingga 23 tahun, diketahui sebanyak 36,7% mahasiswa memiliki persepsi bahwa kualitas hidupnya kurang baik dan 63,3% lainnya menganggap kualitas hidupnya sudah baik. Pada domain fisik dan

psikologis terdapat 23,3% mahasiswa dengan kualitas hidup kurang baik, 73,3% pada domain sosial, dan 33,3% pada domain lingkungan.

Berdasarkan pemaparan di atas dan karena masih minimnya penelitian mengenai topik ini, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Pengeluaran Pangan, Kerawanan Pangan, dan Status Gizi dengan Kualitas Hidup (WHOQOL) pada Mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023”**.

1.2 Rumusan Masalah

Kerawanan pangan pada mahasiswa dapat berhubungan dengan berbagai faktor. Oleh karena itu, berdasarkan uraian latar belakang di atas, didapatkan rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu ”apakah terdapat hubungan pengeluaran pangan, kerawanan pangan, dan status gizi dengan kualitas hidup (WHOQOL) pada mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengeluaran pangan, kerawanan pangan, dan status gizi dengan kualitas hidup (WHOQOL) pada mahasiswa Gizi Universitas Andalas Angkatan 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui karakteristik responden pada mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.
2. Diketahui distribusi frekuensi kualitas hidup (WHOQOL) mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.
3. Diketahui distribusi frekuensi pengeluaran pangan mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.

4. Diketahui distribusi frekuensi kerawanan pangan mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.
5. Diketahui distribusi frekuensi status gizi mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.
6. Diketahui hubungan pengeluaran pangan dengan kualitas hidup (WHOQOL) pada mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.
7. Diketahui hubungan kerawanan pangan dengan kualitas hidup (WHOQOL) pada mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.
8. Diketahui hubungan status gizi dengan kualitas hidup (WHOQOL) pada mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan untuk menambah wawasan tentang hubungan kerawanan pangan, pengeluaran pangan, dan status gizi, dengan kualitas hidup (WHOQOL) pada mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.

1.4.2 Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang nantinya menggunakan dasar penelitian yang sama yaitu mengenai kualitas hidup (WHOQOL) pada mahasiswa.

1.4.3 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini menjadi media yang dapat menambah wawasan dan pengalaman penulis dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan pada saat perkuliahan.
2. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu bahan masukan untuk pemerintah atau instansi terkait dalam merencanakan program kesehatan untuk meningkatkan

kualitas hidup khususnya di kalangan mahasiswa sehingga juga dapat meningkatkan derajat kesehatan mahasiswa.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan suatu penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Variabel bebas dari penelitian ini adalah pengeluaran pangan, kerawanan pangan, dan status gizi. Sedangkan variabel terikatnya yaitu kualitas hidup (WHOQOL) pada mahasiswa. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara pengeluaran pangan, kerawanan pangan, dan status gizi dengan kualitas hidup (WHOQOL) pada mahasiswa Gizi di Universitas Andalas angkatan 2023.

