

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Salah satu upaya pembangunan nasional ialah pembangunan kesehatan. Berdasarkan Surat Keputusan Kepala Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan No. HK.02.02/I/4110/2020 tentang Rencana Aksi Program, tujuan pembangunan kesehatan adalah meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomis.

Arah kebijakan pembangunan kesehatan nasional adalah meningkatkan pelayanan kesehatan menuju cakupan kesehatan semesta dengan penguatan pelayanan kesehatan dasar (*primary health care*) dan mendorong peningkatan upaya promotif dan preventif, didukung oleh inovasi dan pemanfaatan teknologi. Untuk tahun 2020 – 2024, target pembangunan kesehatan adalah untuk meningkatkan akses masyarakat ke layanan kesehatan berkualitas demi memperbaiki status kesehatan dan mencapai cakupan kesehatan semesta (Kemenkes, 2020). Untuk mencapai target pembangunan kesehatan tersebut, dibutuhkan *agent of change* yang akan merubah nasib suatu bangsa menjadi lebih baik, salah satunya yaitu mahasiswa (Istichomaharani & Habibah, 2016).

Mahasiswa termasuk pada periode usia dewasa awal yaitu usia 18-26 tahun, merupakan rentang usia yang rentan mengalami perubahan perilaku, dimana merupakan usia kritis bagi seseorang untuk berkembang (Bonnie *et al.*, 2015). Sebagai pemegang peran penerus bangsa, mahasiswa perlu mendapatkan zat gizi yang tepat. Konsumsi zat gizi akan mengarah kepada status gizi mahasiswa. Status gizi seseorang membuktikan seberapa besar kebutuhan fisiologis individu tersebut telah terpenuhi. Keseimbangan antara gizi yang masuk dan gizi yang dibutuhkan tubuh untuk kesehatan yang optimal merupakan hal yang penting. Kebutuhan gizi mahasiswa harus tercukupi untuk menyokong kebutuhan tubuh sehari-hari, dan setiap peningkatan kebutuhan metabolisme akan mencapai status gizi yang optimal (Rachmayani *et al.*, 2018). Bila tubuh telah mencapai status gizi optimal maka akan

memungkinkan pertumbuhan fisik, kemampuan kerja, perkembangan otak, dan kesehatan secara umum menjadi lebih baik (Cahyanto *et al.*, 2021). Faktor yang secara langsung mempengaruhi status gizi adalah asupan makan dan penyakit infeksi (WHO, 2008).

Asupan memiliki hubungan dengan status gizi, jika asupan sesuai dengan kebutuhan maka status gizi seseorang pun akan menunjukkan nilai yang normal (Rorimpandei *et al.*, 2020). Asupan makan yang berpengaruh langsung terhadap status gizi adalah asupan zat gizi makro. Zat gizi makro adalah zat yang diperlukan tubuh dalam jumlah besar untuk memberikan tenaga secara langsung, yaitu karbohidrat, protein, dan lemak (Ariyani, 2017).

Konsumsi zat gizi makro yang melebihi kebutuhan akan mengakibatkan status gizi lebih sehingga akan menyebabkan seseorang mengalami kegemukan dan memberikan peluang bagi seseorang untuk terserang penyakit tidak menular seperti penyakit jantung, stroke, diabetes melitus, dan hipertensi. Sedangkan konsumsi yang tidak memenuhi kebutuhan akan menyebabkan seseorang mengalami status gizi kurang yang dapat mempengaruhi tubuh dalam melakukan aktifitas sehari-hari (Whitney & Rolfes, 2013). Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan penduduk dewasa (usia >18 tahun) penduduk wilayah Riau masih memiliki prevalensi status gizi dengan kategori kurus sebanyak 8,1%, BB lebih 14%, dan obesitas 24,1%. Walaupun data menunjukkan bahwa status gizi kurus tidak melewati batas 10% yang ditetapkan WHO, namun hal ini tetap dapat mempengaruhi tubuh dalam melakukan aktifitas sehari-hari.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Aprianty (2016) yang didapati bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, didapati bahwa 63% mahasiswa dengan gizi baik dan 44% mahasiswa yang berprestasi. Lalu penelitian Khairunnisa (2013) yang menyatakan adanya hubungan antara status gizi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa Akademi Kebidanan Gema Nusantara Bekasi tahun 2011, yang mendapati mahasiswa yang mempunyai IPK tinggi sebanyak 78,3% dan mahasiswa yang mempunyai Status Gizi Baik sebanyak 75,9%. Serta penelitian Cahyanto *et al* (2021) bahwa terdapat hubungan positif antara status gizi dan

prestasi belajar, yang mana 71% mahasiswa memiliki status gizi baik dan 59% mahasiswa mempunyai IPK yang baik pula.

Penelitian-penelitian pada paragraf sebelumnya menunjukkan pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi bagi mahasiswa berpengaruh terhadap status gizi yang akan digunakan secara efisien untuk pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja, dan pergerakan aktifitas selama perkuliahan. Asupan dan status gizi yang baik akan mempengaruhi daya konsentrasi dan kecerdasan mahasiswa dalam menerima dan menyerap setiap ilmu yang didapat di kampus. Mahasiswa Jurusan Gizi merupakan mahasiswa yang mempelajari mengenai pentingnya nutrisi bagi kehidupan manusia, terutama mengenai asupan makanan dan hubungannya dengan kesehatan tubuh.

Namun ada pula penelitian-penelitian yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara asupan zat gizi terhadap prestasi mahasiswa. Seperti pada penelitian Handayani *et al.* (2020) yang menyatakan bahwa asupan energi, karbohidrat, protein, lemak, zat besi, vitamin C dan zink serta status gizi siswa tidak berhubungan dengan prestasi belajar. Kemudian pada penelitian Lustika (2014) yang menyatakan bahwa tidak adanya hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar. Dan penelitian Rawung *et al.*, (2020) yang menyatakan tidak terdapat hubungan secara statistik antara status gizi dengan prestasi belajar.

Mahasiswa jurusan gizi memiliki pengetahuan yang lebih terhadap asupan makanan yang dapat memberikan gizi optimal bagi tubuh sehingga sepatutnya memiliki asupan dan status gizi yang baik agar dapat memperoleh prestasi yang gemilang. Namun berdasarkan penelitian Febiola *et al* (2022), masih terdapat 12,5% mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau yang memiliki kategori status gizi kurus, 5% overweight, dan 12,5% obesitas. Lalu 60% mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau memiliki asupan energi kurang, 50% asupan protein kurang, 50% asupan lemak kurang, dan 65% asupan karbohidrat kurang.

Sedangkan tingkat prestasi akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau berdasarkan Indeks Prestasi Mahasiswa (IPK) masih ditemukan mahasiswa yang memiliki nilai di bawah standar. Untuk semester genap tahun 2022, ditemukan sebanyak 23 orang (29,87%) mahasiswa tingkat satu angkatan 2021 yang masih memiliki IPK <3,25, tingkat dua angkatan 2020 sebanyak 18

orang (25%), dan tingkat tiga angkatan 2019 sebanyak 10 orang (13,16%). Lalu berdasarkan data Himpunan Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau, untuk prestasi non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau selama tahun 2022 sebanyak 32 orang mahasiswa telah mengikuti 22 kegiatan namun hanya dua orang yang mengikuti kegiatan tingkat nasional, selebihnya mahasiswa mengikuti kegiatan tingkat kampus yang diadakan oleh Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) maupun Himpunan Mahasiswa Jurusan Gizi (HIMAZI) yang mana saingan dalam kegiatan tersebut lebih sedikit. Ketidakikutsertaan mahasiswa dalam sebuah kegiatan nasional dapat disebabkan oleh pribadi mahasiswa yang tidak minat mengikuti perlombaan, ketidakmampuan mahasiswa, maupun masalah kesehatan termasuk status gizi dan asupan gizi mahasiswa.

Oleh karena itu, penulis ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan status gizi terhadap tingkat prestasi akademik dan non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, penulis dapat merumuskan masalah, yaitu apakah terdapat hubungan antara asupan zat gizi makro dan status gizi terhadap tingkat prestasi akademik dan non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara asupan zat gizi makro dan status gizi terhadap tingkat prestasi akademik dan non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui asupan zat gizi makro, status gizi dan prestasi akademik maupun non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau
2. Untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dengan tingkat prestasi akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau
3. Untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dengan tingkat prestasi non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau
4. Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan tingkat prestasi akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau
5. Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan tingkat prestasi non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman dan menambah pengetahuan serta wawasan mengenai hubungan hubungan antara asupan zat gizi makro dan status gizi terhadap tingkat prestasi akademik dan non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau sehingga penelitian ini dapat dilanjutkan oleh peneliti lain dengan kajian yang lebih mendalam menggunakan teori baru.

### 1.4.2 Bagi Mahasiswa Jurusan Gizi

Memberikan informasi dan masukan kepada mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau mengenai hubungan antara asupan zat gizi makro dan status gizi terhadap tingkat prestasi akademik dan non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau agar dapat meningkatkan dan mempertahankan asupan yang baik, status gizi yang normal, dan prestasi yang gemilang.

### 1.4.3 Bagi Jurusan Gizi

Hasil penelitian dapat dijadikan bahan masukan dan dasar tindak lanjut bagi pendidikan di Poltekkes Kemenkes Riau dalam meningkatkan dan mempertahankan prestasi.

### **1.5 Ruang Lingkup**

Ruang lingkup pada penelitian ini adalah membahas mengenai hubungan antara asupan zat gizi makro dan status gizi terhadap tingkat prestasi akademik dan non akademik mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.