

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia saat ini memiliki masalah gizi ganda, yakni masalah gizi kurang sekaligus masalah gizi lebih. Gizi kurang dan gizi lebih merupakan kondisi yang sering dijumpai pada negara maju dan berkembang, termasuk Indonesia (Angesti, et al., 2020). Kelebihan berat badan menjadi masalah yang serius terhadap kesehatan global di dunia karena hal ini dapat menyebabkan sindrom metabolik hingga mengarah pada kematian (Witono, et al., 2018). Kelebihan berat badan perlu diperhatikan karena mempunyai risiko morbiditas tinggi yang akan mempengaruhi peningkatan mortalitas (Septiana, et al., 2018). Kelebihan berat badan merujuk pada *overweight* dan obesitas (Sung H, et al., 2018).

Organisasi Kesehatan dunia atau yang dikenal dengan WHO menyatakan bahwa *overweight* atau berat badan berlebih, termasuk obesitas menjadi salah satu epidemi global dan merupakan permasalahan yang harus diatasi (WHO, 2020). Berat badan berlebih merupakan kondisi dimana seseorang memiliki berat badan diatas normal atau memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) lebih besar atau sama dengan 23 (>23) (Kurniati, 2018).

Kondisi gizi lebih menyebabkan timbulnya risiko penyakit tidak menular seperti kardiovaskular, sindroma metabolik dan kanker (Kemenkes, 2013; Rahmawati, 2017; Rossner, 2014). Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, sejak tahun 2007 – 2018, masalah gemuk dan obesitas usia 18 tahun ke atas mengalami kenaikan, yaitu 8,6 – 13,6% untuk gemuk dan 10,5 – 21,8% untuk obesitas. Pada rentang usia 20 – 24 tahun, terdapat 8,4% penduduk gemuk, dan 12.1% obesitas (Kemenkes RI, 2018). Beberapa penelitian menunjukkan masalah gizi lebih juga dialami oleh mahasiswa seperti penelitian di Bosnia yaitu 18,09% (Delvarianzadeh, Saadat, Ebrahimi, 2016). Begitu pula di Iran sebanyak 17,8% (Najarkolaei, Hossein, Simin 2015), serta Malaysia sebanyak 21% (Hakim, ND Muniandy, 2012). Di Indonesia masalah kegemukan dan

obesitas juga dijumpai pada mahasiswa tingkat akhir di Surakarta yaitu sebanyak 6,8% (Utari, 2016) dan Semarang 41,3% (Wijayanti, et al., 2019).

Prevalensi *overweight* dan obesitas tiap tahunnya mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Tahun 2013 sampai tahun 2018 terjadi peningkatan prevalensi *overweight* yakni sebesar 2,1% (Riskesdas, 2018). Penyakit degeneratif akan lebih sering terjadi ketika orang berlebihan berat badan atau obesitas. Penyakit jantung dan diabetes melitus dapat disebabkan oleh obesitas. Saat ini, kedua penyakit ini juga menjadi masalah di Indonesia. Selain itu, diabetes dapat menyebabkan comorbiditas yang tinggi dengan berbagai penyakit lainnya, seperti abnormalisasi hormon reproduksi, gangguan fertilitas, hiperinsulinemia, disfungsi sel beta pankreas, hipertensi, dan sleep apnea (Sudargo, 2016).

Banyak faktor penyebab terjadinya kegemukan seperti faktor genetik, faktor lingkungan dan perilaku makan yang kurang tepat. Faktor lingkungan dan perilaku dikatakan faktor yang memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap kegemukan. Faktor perilaku dan lingkungan sangat erat kaitannya dengan gaya hidup masyarakat. Gaya hidup masyarakat saat ini sudah mengarah pada gaya hidup modern yang ditandai dengan pola makan yang kebaratan dengan ciri-ciri makanan yang tinggi karbohidrat, tinggi lemak dan rendahnya asupan serat yang disertai dengan kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan oleh masyarakat (Hardiansyah, 2016).

Kebiasaan makan yang tidak sehat adalah penyebab zat gizi yang tidak cukup atau berlebihan (Harjamo, Par'i dan Wiyono, 2017). Menurut (Almatsier, 2010), Faktor budaya sangat memengaruhi proses terjadinya kebiasaan makanan serta bentuk makanan itu sendiri. Akibatnya, tidak jarang tidak memperhatikan dengan baik dapat menyebabkan berbagai masalah gizi (Muhith, Nursalam dan Lutfiana, 2014).

Berdasarkan latar belakang, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Gambaran Mahasiswa dengan Status Gizi *Overweight* di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apa karakteristik umum mahasiswa dengan status gizi *overweight* di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau?
2. Apakah terdapat faktor-faktor tertentu yang berperan dalam kondisi *overweight* pada mahasiswa Jurusan Gizi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan secara menyeluruh profil mahasiswa yang mengalami *overweight*, termasuk faktor-faktor yang berperan dalam kondisi status gizi *overweight* pada mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan karakteristik mahasiswa dengan status gizi *overweight* pada mahasiswa jurusan gizi Poltekkes Kemenkes Riau.
2. Mengidentifikasi faktor-faktor yang berkaitan dengan *overweight* pada mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan penekanan materi tentang ilmu gizi yaitu tentang Gambaran Karakteristik Mahasiswa dengan Status Gizi *Overweight* di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.

1.4.2 Manfaat bagi Lahan Penelitian

Hasil penelitian di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan untuk menentukan status gizi yang baik bagi remaja.

1.4.3 Manfaat bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan atau sumber untuk penelitian selanjutnya, dan mendorong bagi yang berkepentingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.