

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

*Triple burden of malnutrition* merupakan tiga masalah gizi yang dihadapi oleh remaja Indonesia. Tiga masalah gizi tersebut yaitu kurang gizi, kekurangan zat gizi mikro dengan anemia dan kelebihan berat badan. Pada satu orang biasanya terdapat lebih dari satu masalah gizi yang dialami secara bersamaan misalnya, anemia disertai dengan kondisi kelebihan berat badan atau obesitas (United Nation Children's Fund, 2021).

Prevalensi obesitas menurut Riskesdas (2013) dan Riskesdas (2018) pada penduduk umur >18 tahun mengalami peningkatan dari 14,8% menjadi 21,8%. Sementara itu, RPJMN 2020-2024 menargetkan prevalensi obesitas pada penduduk umur >18 tahun tetap pada 21.8% (Peraturan Presiden (PERPRES), 2020). Obesitas disebabkan oleh penumpukan lemak berlebih akibat ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi dalam jangka waktu yang lama (Kemenkes RI., 2017) yang dapat mengganggu kesehatan (WHO, 2021). Masalah kesehatan yang dapat timbul yaitu munculnya penyakit tidak menular (PTM) misalnya masalah pada kardiovaskular seperti jantung dan stroke, diabetes, osteoarthritis dan kanker tertentu (WHO, 2021).

Kelebihan berat badan dan obesitas dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor lingkungan seperti kebiasaan dan warisan kebiasaan makanan yang kurang tepat, pelayanan kesehatan meliputi edukasi, genetik misalnya usia dan jenis kelamin, dan perilaku pola makan buruk serta aktivitas fisik yang kurang (Saraswati *et al.*, 2021). Orang dengan status gizi di atas normal memiliki waktu santai yang lebih banyak sehingga berdampak pada perubahan gaya hidup dimana aktivitas fisik yang dilakukan semakin berkurang, seperti berolahraga dan bermain, lebih sering bermain menggunakan komputer atau laptop, game pada ponsel mereka, menonton TV atau video (Maisyaroh dan Werdiharini, 2019).

Teknologi turut berperan dengan terjadinya perubahan gaya hidup pada generasi muda. Munculnya berbagai inovasi dalam industri kuliner seperti layanan atau aplikasi pesan antar makanan yang dapat memudahkan penggunaannya untuk memesan makanan untuk langsung dikirim ke tempat yang diinginkan melalui *mobile device*-nya (Wati, 2018). Penggunaan aplikasi pesan antar makanan akan mengubah pola konsumsi konsumen atau penggunaannya (Chen *et al.*, 2020). Dibalik kemudahannya, sebagian besar makanan yang dipesan melalui aplikasi pesan antar makanan merupakan makanan tinggi kalori, gula, garam dan lemak yang tidak sehat (Kurniawati *et al.*, 2021). Sehingga, seringkali frekuensi pemesanan makanan secara *online* dapat memicu peningkatan berat badan dan obesitas (Harahap *et al.*, 2020).

Kisaran usia 18-24 tahun merupakan usia mahasiswa untuk menempuh kuliah berdasarkan perhitungan angka partisipasi kasar (Kemendikbud, 2020). Politeknik merupakan perguruan tinggi dengan sistem vokasi dimana komposisi praktikum lebih besar daripada teori. Jurusan Kesehatan memiliki tujuan untuk setiap tahunnya menghasilkan lulusan atau tenaga kesehatan yang berkualitas, inovatif, berdaya saing serta memiliki kemampuan kewirausahaan serta menghasilkan produk penelitian terapan bidang kesehatan dan pengabdian yang bermanfaat bagi masyarakat dan pengembangan ipteks (Politeknik Negeri Jember, 2019). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 282 mahasiswa Jurusan Kesehatan, terdapat 63 mahasiswa atau 22,34% memiliki status gizi obesitas. Sebagian besar mahasiswa tersebut berasal dari tahun angkatan ketiga Jurusan Kesehatan.

Peneliti tertarik untuk lebih fokus pada mahasiswa yang terdapat di tahun ketiga Jurusan Kesehatan. Hal ini berdasarkan penjelasan Kusumaningrum (2017) bahwa terdapat perbedaan karakteristik mahasiswa tergantung pada beban setiap semester yang dapat mengindikasikan adanya perbedaan tahun studi. Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan hasil bahwa dari 79 mahasiswa, terdapat 20 mahasiswa atau 25,32% memiliki status gizi obesitas. Menurut Kusumaningrum (2017) mahasiswa tahun ketiga yaitu semester lima dan enam berada pada tahap

penerapan keterampilan dan kemampuannya di dunia kerja. Pada tahap ini, mahasiswa semakin disibukkan dengan tugas-tugas teoretis dan praktis (Kusumaningrum, 2017). Kesibukan tersebut membuat mahasiswa lebih memilih memesan makanan menggunakan aplikasi pesan antar makanan karena aplikasi pesan antar makanan biasanya menjanjikan dan berkomitmen bahwa pengiriman dilakukan dengan cepat dan tepat waktu kepada pelanggan (Hooi *et al.*, 2021).

Dari permasalahan yang ditemukan, peneliti mengambil penelitian mengenai hubungan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada mahasiswa di Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan dan aktivitas fisik dengan status obesitas pada mahasiswa di Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan dan aktivitas fisik dengan status obesitas pada mahasiswa di Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus pada penelitian ini adalah:

1. Menggambarkan status obesitas mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember
2. Menggambarkan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan pada mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember
3. Menggambarkan aktivitas fisik pada mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember

4. Menganalisis hubungan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan dengan status obesitas pada mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember
5. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan status obesitas pada mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### 1.4.1 Bagi Subjek

Dapat memberi informasi tentang hubungan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan dan aktivitas fisik dengan status obesitas pada mahasiswa di Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember

##### 1.4.2 Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang hubungan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan dan aktivitas fisik dengan status obesitas pada mahasiswa di Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember

##### 1.4.3 Bagi Instansi

Dapat menambah informasi tentang hubungan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan dan aktivitas fisik dengan status obesitas pada mahasiswa di Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember