

## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Indonesia sebagai salah satu negara berkembang masih terus berjuang dengan sejumlah masalah kesehatan, salah satunya ialah permasalahan terkait gizi yang masih terus menjadi tantangan bagi tenaga kesehatan dan pemerintah dalam upaya mengatasinya. Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018, prevalensi gizi kurang menjadi (17,7%), pendek(30,8%), kurus (19,3%) dan gemuk (8%). Data tersebut menunjukkan bahwa negara Indonesia mengalami tiga masalah gizi (*triple burden*) yaitu pada gizi pendek, kurus dan gemuk (Aryanti et al., 2022). Apabila permasalahan tersebut tidak ditangani dengan baik dapat berkontribusi pada berbagai penyakit kronis dikemudian hari. Permasalahan gizi tersebut dapat disebabkan oleh berbagai faktor, baik dari faktor langsung maupun tidak langsung. Salah satu dari banyaknya faktor tidak langsung yang dapat memengaruhi status gizi seseorang ialah konsumsi minuman manis dan kebiasaan merokok.

Merokok adalah suatu perilaku yang melibatkan membakar tembakau yang kemudian dihirup asapnya melalui pipa atau langsung dari batang rokok (Pradipta, 2018). Berdasarkan data Riskesdas prevalensi perokok usia >10 tahun pada tahun 2010 sebesar 28,2%, pada tahun 2013 sebesar 29,3% pada tahun 2018 sebesar 28,8%. Provinsi Jawa timur memiliki prevalensi perokok usia >10 tahun sebesar 23,91%. Kabupaten Jember memiliki prevalensi perokok usia >10 tahun yang lebih besar apabila dibandingkan dengan data di tingkat provinsi Jawa timur yaitu sebesar 27,88% (Riskesdas, 2018).

Perilaku merokok cenderung dilakukan bersamaan dengan mengonsumsi minuman atau makanan manis. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti sebesar 73% subjek menyatakan bahwa saat merokok mereka memilih untuk mengonsumsi makanan dan minuman manis serta berlemak. Kondisi tersebut selaras dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa ketika manusia terpapar asap rokok memiliki kecenderungan untuk lebih memilih makanan

ataupun minuman yang tinggi gula dan lemak (Hui dalam Raniyati, 2019). Menurut penelitian terdahulu Mengonsumsi makanan yang manis dan berlemak berhubungan secara signifikan terhadap kejadian penyakit diabetes melitus (Maspupah et al., 2022).

Konsumsi berlebih pada makanan dan minuman manis serta berlemak berkontribusi besar terhadap penambahan asupan kalori tubuh. Minuman manis biasanya bersumber dari gula. Gula dapat ditambahkan pada minuman seperti kopi, teh, jus dan lain-lain. Konsumsi gula pada masyarakat Indonesia cenderung berlebih, hal ini disebabkan karena mereka memiliki kebiasaan mengonsumsi minuman manis lebih dari satu kali sehari disertai penambahan gula dengan takaran yang sama. Hal tersebut selaras dengan data BPS (Badan Pusat Statistik) konsumsi gula masyarakat Indonesia termasuk tinggi yaitu 32 gram (BPS Jatim, 2019). Kondisi tersebut apabila dilakukan terus menerus memungkinkan untuk mempengaruhi status gizi bagi pengonsumsinya.

Terdapat 7 perguruan tinggi yang cukup populer di kabupaten Jember. Politeknik Negeri Jember merupakan salah satu kampus vokasi di Kabupaten Jember yang menerapkan sistem pembelajaran dengan persentase 40% teori dan 60% praktikum (Ramadhan, 2023). Lebih besarnya persentase praktikum peneliti berasumsi bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan untuk berkeinginan merokok. Berdasarkan hasil wawancara studi pendahuluan pada mahasiswa laki-laki yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 20 subjek didapatkan sebesar 95% memiliki kecenderungan lebih besar untuk berkeinginan merokok setelah melakukan praktikum dibandingkan dengan setelah perkuliahan. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh faktor kelelahan dan stres dari praktikum yang telah dilakukan.

Politeknik Negeri Jember memiliki 8 jurusan dan 28 program studi. Populasi laki-laki paling banyak terdapat pada program studi mesin otomotif sebanyak 277 mahasiswa. Perokok didominasi oleh gender laki-laki sedangkan kebanyakan perempuan bukan perokok (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada mahasiswa Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember didapatkan hasil sebesar 72 % dari 277 mahasiswa ialah perokok aktif. Sebesar 72% mahasiswa diambil secara *random sampling* sebanyak

40 mahasiswa melalui metode kuesioner didapatkan hasil sebesar 80% dari subjek sudah mengetahui dengan baik bahaya merokok namun mereka tetap memutuskan untuk merokok. Sebesar 90% perilaku merokok dilakukan karena rasa penasaran akan sensasi yang dirasakan setelah merokok, sebesar 5% dibujuk oleh temanya, sebesar 2,5% lainnya dilakukan agar mendapatkan pengakuan diri karena stigma serta sebagai upaya menyesuaikan diri. Rokok memiliki kandungan berbagai zat kimia salah satunya ialah nikotin. Zat nikotin yang terkandung di dalam rokok mampu menimbulkan efek supresi terhadap nafsu makan, sehingga mempengaruhi penurunan nafsu perokok untuk mengonsumsi makanan. Penurunan nafsu tersebut dapat menimbulkan dampak terhadap tingkat konsumsi makan yang mengakibatkan kebutuhan asupan makan perokok tidak tercukupi sehingga dapat berpengaruh terhadap status gizi perokok. (Huriyati & Amareta, 2020).

Berdasarkan hasil dari uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan judul “**Hubungan Kebiasaan Merokok dan Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Manis dengan Status Gizi: Studi Kasus Mahasiswa Perokok Aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember**”.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Bagaimana hubungan kebiasaan merokok dan kebiasaan mengonsumsi minuman manis dengan status gizi mahasiswa perokok aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan kebiasaan merokok dan kebiasaan mengonsumsi minuman manis dengan status gizi mahasiswa perokok aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran kebiasaan merokok pada mahasiswa perokok aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember.

2. Mengetahui gambaran kebiasaan mengonsumsi minuman manis pada mahasiswa perokok aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember.
3. Mengetahui gambaran status gizi pada mahasiswa perokok aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember.
4. Mengetahui hubungan merokok dan kebiasaan mengonsumsi minuman manis dengan status gizi mahasiswa perokok aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember.

#### **1.4. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, manfaat yang diperoleh dari penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan terkait hubungan kebiasaan merokok dan kebiasaan mengonsumsi minuman manis dengan status gizi mahasiswa perokok aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember.

2. Bagi Politeknik Negeri Jember

Menambah bahan referensi pendidikan yang berkaitan dengan hubungan kebiasaan merokok dan kebiasaan mengonsumsi minuman manis dengan status gizi mahasiswa perokok aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember serta bahan pertimbangan terkait kebijakan merokok di lingkungan Politeknik Negeri Jember.

3. Bagi Masyarakat

Menambah bahan informasi untuk bahan pertimbangan dalam memperbaiki kebiasaan merokok dan preferensi terkait kebiasaan minum yang baik dan benar terutama bagi mahasiswa perokok aktif Program Studi Mesin Otomotif Politeknik Negeri Jember serta pada pembaca umumnya.