

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) mahasiswa pada umumnya disetarakan sebagai siswa/orang yang masih berada pada tingkatan Perguruan Tinggi (Departemen Kesehatan RI, 2014). Pada umumnya di fase mahasiswa terdapat kesulitan dalam mengatur waktu untuk kegiatan perkuliahan dan juga kegiatan pribadinya. Pada satu sisi mahasiswa memiliki kegiatan yang cukup padat serta tugas-tugas kuliah yang perlu dikerjakan. Selain itu beberapa hal lain yang berpengaruh seperti perasaan malas, jenuh akan adanya tugas serta menghindari jalanan yang macet pada akhirnya membuat mahasiswa selaku pengguna/*user* untuk melaksanakan transaksi jual beli makanan melalui aplikasi pesan antar makanan dalam jaringan/*online* (Maretha, 2020).

Layanan pemesanan makan melalui online adalah salah satu layanan yang memudahkan konsumen mendapatkan makanan melalui aplikasi. Tren pemesanan makanan online melalui aplikasi memberikan kemudahan kepada konsumen untuk dapat melakukan pemesanan makanan tanpa harus keluar dari tempat tinggalnya (Khasanah, 2012). Kemudahan dalam mengakses makanan serta kinerja layanan dari aplikasi menjadikan layanan ini digunakan oleh banyak orang. Penggunaan aplikasi layanan pemesanan antar barang/makanan saat ini umum dipakai dan digunakan di bagian kelompok masyarakat terutama pada fase mahasiswa. Hal ini mengingat kegiatan mahasiswa yang cukup padat sehingga mahasiswa pada akhirnya lebih memilih untuk aplikasi pesan antar makanan *online* dalam membeli makanan. (Maretha, 2020).

Disisi lain, tren pesan makanan *online* memberikan dampak terhadap kurangnya aktivitas fisik pada masyarakat terutama di kota besar. Hal ini akan berdampak pada terjadinya peningkatan permasalahan kelebihan gizi atau yang biasa disebut obesitas (Khasanah, 2012). Saat ini terjadi tren meningkatnya konsumsi makanan khususnya makanan siap saji perbulannya terkhusus di kalangan mahasiswa, yaitu seseorang yang berusia dibawah 24 tahun yang dapat

berdampak pada ketidak seimbangan kecukupan zat gizi karena kurang terkontrolnya jumlah dan jenis makanan yang akan dibeli dengan berbagai kategori. Dampak buruk yang mungkin terjadi khususnya apabila para mahasiswa kurang *aware* khususnya kepada kebutuhan dari gizi dirinya untuk mengurangi kemungkinan terjadinya peningkatan dari berat badan berlebih, yang dikhawatirkan memperburuk kondisi status gizi dirinya (Maretha, 2020). Status gizi seseorang pada umumnya dapat diketahui menggunakan pengukuran IMT (indeks masa tubuh). Dalam skala nasional prevalensi terkait status gizi yang dimulai dari status sangat kurus sampai status obesitas pada rentang usia 18-24 tahun yang dilihat berdasar dari (IMT) indeks massa tubuh di DKI Jakarta yaitu dengan status gizi yang kurus yaitu 7,9%, status gizi dengan berat badan lebih yaitu 15,6%, status gizi yang normal yaitu 46,6%, dan status gizi obesitas yaitu 29,8% (Risikesdas, 2018). Seseorang bisa dikatakan gizinya baik jika tubuh orang tersebut mendapatkan zat-zat gizi yang dibutuhkan jumlah cukup. Kecukupan gizi ini merupakan keadaan kesehatan pada dalam diri seseorang umumnya dipengaruhi faktor-faktor lainnya antara lain konsumsi, penyerapan makanan, dan penggunaan zat gizi. Kecukupan gizi pada umumnya digunakan untuk mengukur dan menilai status gizi seseorang apakah termasuk status normal atau tidak normal (Merryana Adriani and Wirjatmadi, 2012). Menurut Muchlisa (2013) menyatakan bahwa asupan energi seseorang dapat mempengaruhi status gizi, apabila asupan energi orang tersebut tinggi maka akan memiliki peluang untuk berstatus gizi lebih begitu pun sebaliknya.

Saat ini telah terjadi perubahan kebiasaan makan yang terjadi di kota-kota besar, yang sebelumnya pola makan tradisional menjadi banyak terpengaruh dengan adanya *junk food* atau *fast food*. Makanan siap saji pada umumnya mengandung banyak kandungan natrium, kolesterol, energi, lemak dan rendah serat. Tingkat konsumsi makanan tersebut dalam jangka Panjang umumnya memicu kelebihan berat badan atau obesitas (Bonita and Fitranti, 2017). Pemilihan makanan sangat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi mahasiswa karena pengetahuan mengenai gizi mempunyai pengaruh yang cukup vital dalam membentuk kebiasaan makan seseorang, yang pada akhirnya juga berpengaruh kepada jumlah konsumsi dan jenis makanan yang dikonsumsi. Mahasiswa yang memiliki pemahaman dasar

pengetahuan gizi yang cukup atau baik tentunya juga melihat dan mempertimbangkan komposisi gizi dari jenis makanan yang akan dikonsumsi. Tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang akan memiliki pengaruh terhadap sikap dan juga perilakunya dalam memilih makanan yang dikonsumsi dan pada akhirnya akan memiliki pengaruh kepada kondisi gizi individu orang tersebut. (Maharibe, 2014).

Berdasarkan hasil pemeriksaan tingkat obesitas/kelebihan berat badan diurutkan berdasarkan kecamatan, jenis kelamin dan puskesmas kabupaten Kota Provinsi DKI Jakarta tahun 2017 didapatkan hasil jumlah puskesmas di Jakarta Selatan sebanyak 10 puskesmas dengan jumlah pengunjung dan jumlah jaringan berusia ≥ 15 tahun sebanyak 92.605 laki-laki maupun perempuan yang melakukan pemeriksaan obesitas sebanyak 660.809 (71,70%), dan obesitas sebanyak 25.515 (3,36%). Untuk Jakarta Utara sebanyak 6 puskesmas dengan jumlah pengunjung dan jumlah jaringan berusia ≥ 15 tahun sebanyak 1.237.928 laki-laki maupun perempuan yang melakukan pemeriksaan obesitas sebanyak 10.646 (0,86%) dan obesitas sebanyak 4.522 (42,43%). Jakarta Barat sebanyak 8 puskesmas dengan jumlah pengunjung dan jumlah jaringan berusia ≥ 15 tahun sebanyak 1.344.083 laki-laki maupun perempuan yang melakukan pemeriksaan obesitas sebanyak 13.006 (0,97%) dan obesitas sebanyak 893 (6,37%). Jakarta Pusat sebanyak 10 puskesmas dengan jumlah pengunjung dan jumlah jaringan berusia ≥ 15 tahun sebanyak 471.552 928 laki-laki maupun perempuan yang melakukan pemeriksaan obesitas sebanyak 76.930 (16,31%) dan obesitas sebanyak 8221 (10,59%). Dan Jakarta Timur sebanyak 8 puskesmas dengan jumlah pengunjung dan jumlah jaringan berusia ≥ 15 tahun sebanyak 73.701928 laki-laki maupun perempuan yang melakukan pemeriksaan obesitas sebanyak 33.234 (45,09%) dan obesitas sebanyak 415 (13,28%) (Kementrian Kesehatan, 2018).

IDN Times dalam surveinya yang dilakukan di beberapa kota besar di Indonesia antara lain di DKI Jakarta (15,1%), Jawa Tengah (2,7%), Yogyakarta (2,7%) Jawa Timur (67,8%), Bali (1,6%) dan Jawa Barat (10,1%). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kebiasaan masyarakat khususnya dalam memanfaatkan penggunaan layanan pesan antar makanan. Kriteria yang terlibat dan berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini terdiri dari rentang umur 21-

25 tahun (48,4%), 26-30 tahun (30,2%), 15-20 tahun (15,5%) dan di atas 30 tahun (5,8%), dengan status pekerjaan yang memiliki persentase terbanyak yaitu pegawai swasta, pegawai pemerintah dan wiraswasta dengan jumlah 44,2%. Sedangkan jika dilihat dari jenis kelamin didapatkan data bahwa jenis kelamin perempuan memiliki persentase tertinggi yakni 70,5% dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki yaitu 29,5% (Idntimes.Com, 2019).

Peneliti melakukan studi pendahuluan di sepuluh universitas di Kota Jakarta Selatan dengan jumlah 69 responden dengan hasil studi pendahuluan didapatkan 54 mahasiswi dan 15 mahasiswa. Hasil studi pendahuluan yang didapatkan untuk status gizi yang kurus yaitu 20, status gizi yang normal yaitu 23, dan status gizi yang berlebih yaitu 26. Pada penggunaan aplikasi pemesanan online sebanyak 63% menggunakan aplikasi Grabfood dan 36,9% menggunakan Gofood. Penggunaan aplikasi layanan pemesanan makanan terbanyak dilakukan seminggu sekali 48,3% dan terbanyak digunakan pada malam hari 56,5%, sebagian besar responden mengatakan beralasan menggunakan aplikasi pemesanan makanan jauh lebih praktis. Berdasarkan hal-hal diatas, peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara variabel penggunaan aplikasi layanan pesan antar makanan dan pengetahuan gizi yang normal/seimbang terhadap tingkat status gizi mahasiswa. Dari penelitian ini besar harapan penulis bahwa para mahasiswa dapat menentukan langkah yang tepat dilakukan dalam menjaga status gizinya masing-masing sehingga dapat terhindar dari penyakit yang beresiko dari status gizi yang tidak normal.

I.2 Rumusan Masalah

Aplikasi pemesanan makanan secara online pada saat ini sudah jamak dipakai oleh beberapa lapisan masyarakat termasuk mahasiswa. Kinerja dari layanan aplikasi yang baik serta kemudahan dalam akses menjadikan aplikasi layanan pesan antar makanan semakin banyak dipakai. (Maretha, 2020). Pada aplikasi pemesanan makanan online, terdapat banyak gerai makanan yang menjual makanan siap saji (*fast food*) seperti *pizza*, *fried chicken*, *hotdog*, *frech fries*, *humburger*, *ice cream* dan lain-lain. Selain itu, jenis makanan yang umumnya di jajakan para pengusaha makanan olahan ini memiliki daya tarik karena lebih praktis dan mengandung

gengsi di kalangan masyarakat sehingga memengaruhi daya beli (Merryana Adriani and Wirjatmadi, 2012).

Transisi gizi adalah berubahnya pola hidup pada umumnya sering diketahui dengan berubahnya pola makan dan perubahan dalam hal-hal yang melibatkan kegiatan fisik. Perubahan kebiasaan makan yang terjadi di kota besar menunjukkan pergeseran dari kebiasaan makan yang masih bersifat lampau atau klasik menjadi kebiasaan makan yang dipengaruhi budaya barat seperti *fast food* atau *junk food*. Keberadaan rumah makan *fast food* yang semakin banyak terdapat di kota-kota besar di Indonesia memberikan perubahan pada pola makan masyarakat. Rumah siap saji tersebut umumnya menyajikan berbagai *fast food* misalnya bakso, soto, mie ayam, sate ayam dan nasi goreng nasi maupun produk *western fast food* antara lain *french fries potato, hamburger, sandwich, fried chicken, soft drink* dan juga *pizza* (Bonita and Fitranti, 2017).

Kemudahan dalam melakukan pembelian makanan selama 24 jam sebagai efek dari hadirnya aplikasi pesan antar makanan memiliki pengaruh terhadap frekuensi makan yang cenderung menjadi kurang terjaga. Apabila mahasiswa dalam hal ini tidak sadar atau kurang perhatian terhadap kebutuhan gizinya untuk mencegah terjadinya kenaikan berat tubuh yang berlebihan, yang memungkinkan untuk memberikan dampak buruk terhadap status gizinya (Maretha, 2020). Tingkat pengetahuan seseorang khususnya juga berkaitan dengan kebutuhan gizi juga akan berpengaruh terhadap sikap serta perilaku dalam melakukan pemilihan makanan dan selanjutnya akan memberikan pengaruh kepada keadaan gizi individu dari yang bersangkutan (Maharibe, 2014).

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan yang ingin dicapai yaitu untuk mengetahui korelasi antara frekuensi penggunaan aplikasi layanan pesan antar makanan dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi pada mahasiswa kota Jakarta Selatan.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui data karakteristik responden yang akan diteliti berdasarkan umur dan jenis kelamin.

- b. Mengetahui data frekuensi penggunaan aplikasi layanan pesan antar makanan.
- c. Mengetahui data jenis makanan diaplikasi layanan pesan antar makanan.
- d. Mengetahui waktu pemesanan di aplikasi layanan pesan antar makanan.
- e. Mengetahui pengetahuan gizi seimbang pada mahasiswa kota Jakarta Selatan.
- f. Mengetahui status gizi pada mahasiswa kota Jakarta Selatan.
- g. Menganalisis korelasi dari pemakaian aplikasi layanan pesan antar makanan dengan status gizi pada mahasiswa kota Jakarta Selatan.
- h. Menganalisis pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi pada mahasiswa kota Jakarta Selatan.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Untuk Responden

Hasil dan analisis dari penelitian yang dilakukan dapat dijadikan sebagai bahan dalam melakukan pertimbangan dan saran yang memiliki manfaat untuk lebih bijak menggunakan aplikasi layanan pesan antar makanan terhadap status pada mahasiswa. Selain itu, hasil dan analisis yang dihasilkan dapat memberikan manfaat untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya pengetahuan gizi seimbang dan status gizi setiap orannya.

I.4.2 Manfaat Untuk Institusi Pendidikan / Instansi Kesehatan / Peneliti

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dan analisis yang dihasilkan diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu acuan dalam menyajikan informasi serta pengetahuan gizi seimbang tentang status gizi.

b. Bagi Institusi Kesehatan

Hasil dan analisis yang dihasilkan dapat dipergunakan untuk terus melakukan peningkatan layanan yang diberikan dan juga penyuluhan bagi masyarakat sehingga dapat menghindari kelebihan gizi.

c. Bagi Peneliti

Hasil dan analisis yang dihasilkan diharapkan mampu memperluas khazanah pengetahuan peneliti, khususnya mengenai faktor terhadap status gizi pada mahasiswa dan menjadi pengalaman belajar bagi peneliti sehingga bisa bermanfaat untuk menjalankan penelitian di tingkat selanjutnya.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil dan analisis yang dihasilkan diharapkan bisa menjadi acuan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan serta mampu dijadikan sebagai salah satu bahan serta masukan atau pertimbangan sehingga dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti lain dalam penelitian lanjutan seputar topik tersebut.