

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi makanan. Status gizi dapat diukur dan dinilai untuk mengetahui apakah status gizi seseorang normal atau tidak normal. Status gizi dikatakan baik apabila tubuh memperoleh zat-zat gizi yang seimbang dalam jumlah yang cukup. Status gizi kurang bila terjadi kekurangan karbohidrat, lemak, protein, dan vitamin. Status gizi lebih jika terdapat ketidakseimbangan antara asupan energi dan pengeluaran energi. Asupan energi yang berlebihan dapat menimbulkan *overweight* dan obesitas. Asupan energi dan protein sangat dibutuhkan oleh mahasiswa untuk melakukan berbagai aktivitas. Asupan energi dan protein berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu dan kegiatan fisik . Tidak terpenuhinya asupan energi dan protein dalam waktu yang lama akan menimbulkan masalah gizi dengan konsekuensi berupa defisiensi zat gizi dan perubahan pada status gizi mahasiswa (Adriani Dan Wirjatmadi 2012, hlm. 319).

Mahasiswa adalah individu yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi (Hutapea, dalam Maharani, 2012, hlm.1). Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun (Gunawati 2006, hlm.2). Pada usia tersebut mahasiswa mengalami masa peralihan dari remaja akhir ke dewasa awal. Mahasiswa didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi (Siswoyo 2007,hlm.121). pertumbuhan yang pesat, perubahan psikologis yang dramatis serta peningkatan aktivitas dan kesibukan pada mahasiswa dapat mempengaruhi kebiasaan makan dan asupan makan pada mahasiswa yang dapat berpengaruh terhadap pemenuhan zat gizi yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi status gizi pada mahasiswa (Adriani dan Wrjatmadji, 2012 hlm.321) Mahasiswa dengan berbagai

kesibukannya tidak jarang melewatkkan waktu makan atau hanya menyantap kudapannya dikala waktu senggang, dengan cemilan yang umumnya mengandung tinggi kalori dan lemak, yang dapat menyebabkan perubahan status gizi pada mahasiswa (Aritonang.dkk, 2009 hlm.148).

Menurut Muchlisa (2013, hlm.7) 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. Penelitian lain menyatakan bahwa rata-rata asupan energi pada responden dengan status gizi baik jauh lebih rendah dibandingkan dengan responden yang berstatus gizi lebih (Aritonang dkk. 2009 hlm. 152).

Penggunaan smartphone oleh mahasiswa cenderung menggunakan *smartphone* untuk mengikuti trend pada saat ini padahal penggunaan smartphone memiliki fungsi untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain atau dengan kata lain penggunaan *smartphone* pada saat ini lebih cenderung aktif menggunakan media sosial (*facebook*, *twitter*, *blackberry messenger*, dan lainnya). Penggunaan *smartphone* telah mempermudah mahasiswa dalam mencari informasi, berkirim tugas melalui *e-mail*, mendownload berbagai file (musik, film dan video) ataupun berkomunikasi melalui berbagai aplikasi *chatting* sehingga dengan adanya layanan tersebut mereka dapat bertukar informasi ataupun melakukan sharing informasi secara cepat dan mudah (Masyitoh, 2013, hlm.3). *Smartphone* adalah telepon yang menyatukan kemampuan-kemampuan terdepan yang merupakan bentuk kemampuan dari *Wireless Mobile Device (WMD)* yang dapat berfungsi seperti sebuah komputer dengan menawarkan fitur-fitur seperti *personal digital assistant (PDA)*, akses internet, *e-mail*, dan *Global Positioning System (GPS)* (Backer, 2010 hlm.21).

Menurut Santrok 2003, hlm.314 menyatakan semakin lama mahasiswa menggunakan media sosial maka semakin besar kemungkinan memiliki berat badan berlebih, salah satu penyebabnya adalah penggunaan media sosial dengan intensitas yang lama oleh mahasiswa, sehingga banyak makanan yang di konsumsi oleh mahasiswa. Menurut Aritonang dkk. (2009, hlm.153) mengatakan bahwa ada perbedaan asupan zat energi pada intensitas penggunaan media sosial, hal ini

dibuktikan dengan adanya perbedaan jumlah asupan energi pada responden yang menggunakan media sosial > 2 jam, 2 – 4 jam dan > 4 jam yang menunjukkan bahwa semakin lama intensitas penggunaan media sosial maka semakin besar asupan zat energi yang dikonsumsi oleh responden. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa responden dengan status gizi lebih memiliki asupan energi > 2100 kkal sebesar 89,5 % dan asupan protein 70,33 gr sebesar 84,2 %. Responden yang menggunakan media sosial > 4 jam dalam sehari cenderung memiliki status gizi lebih dengan asupan energi yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden lain yang menggunakan media sosial >2 jam dan 2 – 4 jam dalam sehari.

Penggunaan Smartphone memiliki pengaruh yang besar pada kebiasaan makan mahasiswa dibandingkan dengan media lainnya karena semakin lama mahasiswa menggunakan media sosial semakin banyak makanan atau cemilan yang dikonsumsi oleh mahasiswa. Selain itu, Penggunaan *smartphone* oleh mahasiswa sebagai alat komunikasi dan media informasi dapat mempengaruhi asupan konsumsi dan status gizi seorang mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan tingkat asupan makanan dan status gizi Mahasiswa Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat diperoleh rumusan masalah yaitu. “Bagaimana hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan tingkat asupan (energi dan protein) dan status gizi Mahasiswa Program Studi Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan asupan gizi dan status gizi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden yang akan diteliti berdasarkan umur dan jenis kelamin pada Mahasiswa Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
- b. Mengetahui intensitas penggunaan *smartphone* pada Mahasiswa Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
- c. Mengetahui tingkat asupan (energi dan protein) pada Mahasiswa Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
- d. Mengetahui status gizi pada Mahasiswa Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
- e. Menganalisa tingkat asupan (energi dan protein) dengan status gizi pada mahasiswa kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
- f. Menganalisa intensitas penggunaan *smartphone* dengan tingkat asupan (energi dan protein) pada Mahasiswa Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
- g. Menganalisa intensitas penggunaan *smartphone* dengan status gizi Mahasiswa Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat bagi Program Studi

Hasil dari penelitian dapat menambah karya penelitian terutama bagi program studi S1 Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta sehingga turut memberikan sumbangan ilmu kepada generasi selanjutnya.

I.4.2 Manfaat bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu terutama pada bidang studi ilmu gizi sehingga dapat menambah kepustakaan khususnya untuk Mahasiswa/i program S1 Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta yang dapat digunakan sebagai bahan referensi atau acuan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih banyak khususnya yang berhubungan dengan intensitas penggunaan *smartphone* dengan tingkat asupan (energi dan protein) dan status gizi Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta di waktu yang akan datang.

I.4.3 Manfaat bagi Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta

Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu sumber informasi tentang intensitas penggunaan *smartphone* dengan tingkat asupan (energi dan protein) dan status gizi mahasiswa program studi hubungan internasional Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta. Selain itu, bisa sebagai dasar pengambilan kebijakan dalam meningkatkan pola hidup sehat dan derajat kesehatan pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

I.4.4 Manfaat bagi Peneliti

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman kepada peneliti sehingga bisa bermanfaat untuk menjalankan penelitian di tingkat selanjutnya. Selain itu, penelitian diharapkan dapat mengasah daya analisa dan kemampuan dalam melakukan penelitian.