

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peralihan pesat ekonomi global berpengaruh cukup signifikan terhadap status nutrisi dan kesehatan di berbagai negara, Yusintha dan Adriyanto (2018) mengklaim bahwa perilaku makan berhubungan dengan status gizi seseorang. Individu dengan pola makan yang buruk cenderung memiliki status gizi yang buruk juga. Bersumber pada informasi dari WHO (*World Health Organization*) angka obesitas di seluruh dunia bertambah cukup cepat menjadi lebih dari tiga kali lipat sejak tahun 1975 dan mencakup 13% dari populasi orang dewasa, sedangkan di Indonesia berdasarkan data dari Menteri Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019 terdapat sekitar 15,4% dari total populasi. Masalah gizi yang cukup tinggi ini akan meningkatkan kerentanan seseorang terhadap penyakit, khususnya risiko penyakit tidak menular.

Faktor utama yang dapat menyebabkan masalah gizi adalah perilaku makan yang tidak sesuai dengan asupan energi. Hasil penelitian Deliens (2014) didapatkan banyak faktor yang dapat memengaruhi perilaku makan, salah satunya jika dilihat dari segi individu yaitu keadaan stres, persepsi terhadap citra tubuh dan *emotional eating*.

Terdapat perbedaan persepsi terhadap konsep citra tubuh bagi masing-masing *gender*, ini dapat memicu adanya perbedaan dalam perilaku makan antara keduanya dimana perempuan cenderung membatasi konsumsi makanan sehingga perilaku makan buruk banyak dialami perempuan (Syarofi dan Muniroh, 2020). Selain itu persepsi citra tubuh dengan merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimiliki juga berperan signifikan dalam menimbulkan masalah perilaku makan. Penelitian Laksmi et al. (2018) mengatakan bahwa responden dengan pandangan negatif terhadap tubuhnya akan memiliki perilaku makan abnormal dibanding perilaku makan normal. Menurut Syarofi dan Muniroh (2020) faktor lain yang dapat memengaruhi perilaku makan adalah stres, bahwa semakin kuat stres yang dimiliki seseorang maka akan semakin memicu suatu mekanisme koping salah satunya adalah *emotional eating*.

Angesti dan Manikam (2020) dalam penelitiannya mengatakan bahwa faktor stress yang memicu *emotional eating* tidak begitu bermakna untuk bisa mengubah perilaku makan seseorang. Namun penelitian Syarofi dan Muniroh (2020) mengatakan bahwa semakin tinggi stressor yang dimiliki seseorang maka akan lebih memicu *emotional eating* sehingga bisa memiliki perilaku makan tidak sehat.

Melihat faktor risiko yang bervariasi terhadap perilaku makan dan adanya perbedaan kesimpulan dari penelitian sebelumnya, membuat peneliti tertarik untuk

Maya Kartika Hadiyuni, 2021

**ANALISA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Sarjana Kedokteran

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

melihat variabel-variabel yang berhubungan dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Sebagian orang mengaitkan malnutrisi dengan kekurangan gizi, padahal malnutrisi juga bisa berwujud kelebihan gizi yang dapat memicu *overweight*. *Overweight* mulai menjadi masalah dilihat dari prevalensinya yang semakin meningkat, masalah gizi ini akan meningkatkan kerentanan seseorang terhadap penyakit khususnya penyakit tidak menular. Terdapat suatu kelompok usia yang diyakini memiliki banyak faktor resiko dan sering diabaikan dalam intervensi gizinya, yaitu kelompok usia dewasa muda (18-25 tahun). Faktor utama yang dapat menyebabkan masalah gizi pada kelompok ini adalah perilaku makan yang tidak sesuai dengan asupan energi. Perilaku makan itu sendiri dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya dari faktor individu yaitu jenis kelamin, persepsi citra tubuh, tingkat stres, dan *emotional eating*. Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dijelaskan membuat peneliti tertarik untuk melihat komponen apa sajakah yang dapat memengaruhi perilaku makan pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta?

Maya Kartika Hadiyuni, 2021

**ANALISA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Sarjana Kedokteran

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian dilakukan untuk memahami faktor yang berkaitan dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran perilaku makan, jenis kelamin, persepsi citra tubuh, tingkat stres, dan *emotional eating* mahasiswa tingkat akhir Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
- b. Mengetahui hubungan faktor jenis kelamin dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
- c. Mengetahui hubungan faktor persepsi citra tubuh dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
- d. Mengetahui hubungan faktor tingkat stres dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Maya Kartika Hadiyuni, 2021

**ANALISA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Sarjana Kedokteran

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

- e. Mengetahui hubungan faktor *emotional eating* dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat berikut:

1. Aspek teoritis:

- a. Penelitian diharapkan dapat memberikan informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
- b. Penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai pijakan dan referensi yang berguna sebagai bahan acuan penelitian lebih lanjut.

2. Aspek praktis:

- a. Memberikan wawasan mengenai variabel yang berkaitan dengan perilaku makan responden
- b. Dapat menambah pengalaman dan wawasan pribadi penulis, sehingga meningkatkan kewaspadaan diri terhadap faktor risiko pada diri sendiri dan lingkungan sekitar.
- c. Memberikan gambaran tentang perilaku makan menyimpang dengan faktor risiko jenis kelamin perempuan, persepsi citra tubuh, tingkat stres, dan

Maya Kartika Hadiyuni, 2021

*ANALISA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ*

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Sarjana Kedokteran

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

emotional eating yang diharapkan akan dapat digunakan sebagai bahan evaluasi program pemerintah dilakukan.

- d. Dapat memberikan wawasan kepada masyarakat untuk meningkatkan upaya memiliki perilaku makan yang sehat khususnya dengan pengendalian tingkat stres dan *emotional eating* yang baik.

Maya Kartika Hadiyuni, 2021

**ANALISA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Sarjana Kedokteran

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]