

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Masalah kesehatan yang terjadi saat ini menjadi hambatan yang dihadapi oleh masyarakat global, contohnya adalah permasalahan terkait status gizi. Status gizi merupakan situasi fisik yang dipengaruhi oleh asupan kalori dari pangan yang dapat memengaruhi kualitas hidup seseorang (Papadopoulou *et al.*, 2021). Ketidakseimbangan asupan dan pengeluaran energi berdampak pada indeks massa tubuh (IMT) individu (Mappanyukki *et al.*, 2024).

Kasus gemuk (*overweight*) dan obesitas menjadi perhatian kesehatan global. Kegemukan terjadi karena terdapat penumpukan *adipose* secara berlebihan dan menyebabkan berat badan berlebih dari normalnya (Kopelman *et al.*, 2010). Kondisi ini ditandai ketika IMT mencapai $>25 \text{ kg/m}^2$ (Permenkes, 2014). Kegemukan yang terjadi dalam jangka panjang dapat menyebabkan berbagai macam masalah kesehatan, terutama penyakit degeneratif (Yang *et al.*, 2022).

Kemenkes dalam Survei Kesehatan Indonesia (2023), menyatakan bahwa proporsi status gizi berlebih berdasarkan IMT pada penduduk dewasa awal (usia 19-25 tahun) menunjukkan bahwa sebanyak 18,8% masyarakat tergolong gemuk dan obesitas. Kemudian, proporsi status gizi pada wilayah Jawa Barat menunjukkan 14,4% masyarakat tergolong gemuk dan 25,7% tergolong obesitas. Berdasarkan data tersebut Jawa Barat merupakan salah satu provinsi dengan kejadian status gizi lebih yang cukup tinggi dengan total 40,1%.

Kegemukan adalah masalah kesehatan yang kompleks (multifaktorial). Faktor-faktor tersebut meliputi lingkungan, perilaku, sistem pelayanan kesehatan, dan genetik (Saraswati *et al.*, 2021). Perilaku termasuk dalam faktor yang memengaruhi kejadian kegemukan, salah satu aspeknya adalah penggunaan media sosial. Penggunaan media sosial yang terlalu tinggi secara tidak langsung dapat berpengaruh terhadap kejadian kelebihan berat badan karena individu cenderung menghabiskan waktu lebih lama dalam posisi sedentari. Selain itu, kebiasaan makan juga dapat dipengaruhi karena paparan konten terkait makanan sehat banyak tersebar di media sosial (Gharrieni *et al.*, 2023).

Perilaku diet dan kebiasaan makan yang salah juga merupakan perilaku yang dapat memengaruhi kegemukan pada mahasiswa. Perilaku diet tidak tepat seperti *emotional eating* dapat menyebabkan konsumsi tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh, sehingga berdampak pada kondisi status gizi (Ningtyas & Isaura, 2024). Selain itu, kebiasaan seperti konsumsi *junk food* dengan frekuensi tinggi berhubungan dengan kondisi kegemukan karena kandungan kalori yang tinggi (Harahap & Siregar, 2023). Pemilihan jenis makanan yang dikonsumsi juga berkaitan dengan tingkat ekonomi seseorang, salah satunya adalah uang saku. Jumlah uang saku mahasiswa secara tidak langsung dapat menjadi faktor risiko kegemukan (Telisa *et al.*, 2020).

Studi pendahuluan dilakukan pada 6 orang mahasiswa S1 Universitas Pendidikan Indonesia di Kampus Bumi Siliwangi, Kota Bandung, Jawa Barat. Aspek penggunaan media sosial menunjukkan bahwa durasi yang dihabiskan oleh mahasiswa sebagian besar tinggi ($n=5$), aspek perilaku diet menunjukkan bahwa mahasiswa mempunyai perilaku diet tidak sehat ($n=2$), aspek kebiasaan makan *junk food* menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mempunyai kebiasaan makan *junk food* yang tinggi ($n=5$), dan pada aspek jumlah uang saku menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mempunyai jumlah uang saku dalam sebulan yang tinggi sebesar $\geq$ Rp 1.000.000 ($n=4$).

Uraian di atas menyatakan terdapat beberapa faktor risiko yang dapat menyebabkan kejadian kegemukan pada mahasiswa yang merupakan kelompok berisiko untuk mengalami faktor-faktor tersebut. Penelitian ini akan berfokus pada kelompok mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia untuk melihat korelasi penggunaan media sosial, perilaku diet *emotional eating*, kebiasaan makan *junk food*, dan jumlah uang saku dengan kejadian kegemukan.

1.2 Rumusan Masalah

Merujuk uraian latar belakang yang telah disusun, rumusan masalahnya yaitu, apa saja faktor-faktor yang berkorelasi dengan kejadian kegemukan pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor risiko yang berkorelasi dengan kejadian kegemukan pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.

1.3.2 Tujuan Khusus

Penelitian ini secara khusus untuk:

- a. Mendeskripsikan gambaran kejadian kegemukan, durasi penggunaan media sosial, perilaku diet *emotional eating*, frekuensi konsumsi *junk food*, dan jumlah uang saku pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.
- b. Menganalisis korelasi antara durasi penggunaan media sosial dengan kejadian kegemukan pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.
- c. Menganalisis korelasi antara perilaku diet *emotional eating* dengan kejadian kegemukan pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.
- d. Menganalisis korelasi antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan kejadian kegemukan pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.
- e. Menganalisis korelasi antara jumlah uang saku dengan kejadian kegemukan pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

Secara umum, manfaat penelitian dibagi menjadi dua, yaitu:

1.4.1 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan menjadi pengetahuan bagi masyarakat atau mahasiswa sehingga dapat lebih memperhatikan terkait masalah status gizi berlebih dan faktor-faktor risikonya.

1.4.2 Manfaat Teoritis

Temuan dari penelitian dapat berkontribusi terhadap penelitian selanjutnya untuk dijadikan sumber literatur dan memberikan peluang untuk dilakukannya pengembangan lebih lanjut terkait topik yang relevan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Cakupan penelitian berfokus terhadap batasan-batasan yang ditetapkan selama proses pengerjaan penelitian. Fokus penelitian mencakup aspek durasi penggunaan media sosial, perilaku diet *emotional eating*, frekuensi konsumsi *junk food*, dan jumlah uang saku yang akan dihubungkan dengan kejadian kegemukan mahasiswa. Jenis penelitiannya adalah *cross-sectional* yang dilakukan pada mahasiswa S1 Universitas Pendidikan Indonesia, Kampus Bumi Siliwangi, Kota Bandung, Jawa Barat dengan periode penelitian pada 20 Januari sd. 02 Februari 2025. Penarikan sampel menggunakan teknik *proportional sampling* dari 9 fakultas dengan total 46 subjek menggunakan rumus *Lemeshow* dengan tingkat kesalahan 10%. Terdapat dua jenis analisis statistik, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.