

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Wanita usia subur (WUS) berdasarkan konsep Departemen Kesehatan (2010) merupakan wanita dalam usia reproduksi yaitu usia 15-45 tahun baik yang sudah menikah maupun yang belum menikah dan termasuk kelompok yang rawan sehingga harus selalu mendapat perhatian. Wanita usia subur pada negara- negara ASEAN memiliki rata-rata dibawah 30% dari jumlah penduduk. Pada siklus kehidupan, kesehatan wanita dipengaruhi oleh faktor biologis, budaya, perilaku dan sosial. Faktor biologi adalah faktor yang paling berpengaruh. Gizi yang cukup sangat penting bagi perempuan karena zat gizi yang tidak memadai tidak hanya mempengaruhi kesehatan perempuan sendiri tetapi juga pada kesehatan anak-anak mereka (Karima dan Achadi, 2012). Pada wanita kurangnya aktivitas fisik dapat sangat mempengaruhi kesehatan. Jika aktivitasnya kurang namun asupan makanan lebih banyak masuk, maka akan menyebabkan penimbunan lemak yang akan mengakibatkan obesitas. Masalah obesitas merupakan masalah yang sering terjadi pada Wanita Usia Subur (WUS).

Salah satu kelompok usia yang termasuk dalam WUS yaitu mahasiswi. Pada tahap perkembangan rentang usia 18 sampai 25 tahun, tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa (Yusuf dan Nani, 2011). Mahasiswi dalam hal ini adalah remaja akhir

merupakan masa terjadinya perubahan-perubahan cepat, sehingga asupan zat gizi remaja harus diperhatikan benar agar mereka dapat tumbuh optimal. Pada masa peralihan dari remaja menuju dewasa tentunya banyak menimbulkan perubahan baik pada aspek fisik, psikologis maupun sosialnya. Pada fase ini, kelompok usia dewasa awal mulai memperhatikan penampilan atau citra tubuh (*body image*) dirinya ketika berhadapan dengan orang lain.

Mahasiswi mempunyai *body image* tersendiri, *body image* membentuk persepsi seseorang tentang tubuh baik secara internal maupun eksternal. Persepsi ini mencakup perasaan dan sikap yang ditunjukkan pada tubuh (Potter & Perry, 2005). Anggapan tentang *body image* yang ideal biasanya memicu mahasiswi untuk melakukan apapun untuk memenuhi standart tersebut. *Body image* adalah gambaran seseorang mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri, yang dipengaruhi oleh bentuk dan ukuran tubuh serta harapan terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang diinginkan. Apabila harapan tersebut tidak sesuai dengan kondisi tubuh maka akan menimbulkan *body image* negatif (Tejoyuwono, 2007). *Body image* merupakan suatu hal penting bagi mahasiswi dan membuat individu tidak dapat terlepas dari peran orang lain (Wicaksono, 2011). Persepsi mahasiswi berbeda terhadap penilaian *body image* setiap individu dikarenakan pengaruh teman sebaya dan lingkungan sekitar.

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswi gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga. Pemilihan responden dalam penelitian ini berdasarkan survey pendahuluan kepada 15 mahasiswi gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga. Berdasarkan hasil studi pendahuluan terhadap 15 mahasiswi menunjukkan bahwa mahasiswi gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga kurang memperhatikan body imagenya.

Karakter mahasiswi dibentuk oleh lingkungan dengan banyak faktor yang mempengaruhi salah satunya pola konsumsi. Pola konsumsi merupakan gambaran informasi tentang berbagi macam jumlah bahan dan jenis makanan dalam setiap hari dan merupakan ciri khas dari kelompok masyarakat tertentu (Supariasa, 2001). Perubahan konsumsi makanan pada mahasiswi mempengaruhi kebutuhan gizinya yaitu dapat meningkat maupun berkurang. Pola konsumsi yang baik harus memiliki batasan tertentu dalam mengkonsumsinya, tidak terlalu sedikit atau tidak terlalu banyak. Pemilihan bahan makanan yang tepat dan seimbang serta kebiasaan makan sangat erat hubungannya dengan pola makan yang terbentuk agar terpenuhi segala kebutuhan gizinya. Tidak terpenuhinya gizi akibat dari pola makan yang tidak baik pada mahasiswi dapat menimbulkan masalah kesehatan. Gangguan pola konsumsi ternyata mencakup persoalan identitas dan konsep diri yang dipengaruhi banyak faktor. Salah satunya adalah adanya pandangan dan gambaran yang baik yang berhubungan dengan penerimaan diri terhadap keadaan fisik yang disebut *body image*. Mahasiswi

yang memiliki *body image* negatif terhadap tubuhnya akan menyalahkan makanan yang menyebabkan gendut, jelek dan tidak menarik sehingga akan berdampak timbulnya gangguan pola konsumsi.

Faktor lain yang berhubungan dengan *body image* adalah aktivitas fisik. *Body image* negatif akan mendorong mahasiswi untuk meningkatkan aktivitas fisik sebagai suatu bentuk pengeluaran energi. WHO (2010) mendefinisikan aktivitas fisik sebagai gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Asupan energi yang berlebih dan tidak diimbangi dengan pengeluaran energi yang seimbang akan menyebabkan terjadinya penambahan berat badan. Aktivitas fisik merupakan salah satu komponen yang berperan dalam penggunaan energi. Penggunaan energi tiap jenis aktivitas itu berbeda tergantung dari tipe, lamanya dan berat badan seseorang yang melakukan aktivitas tersebut.

Akhir tahun 2019 umat manusia di seluruh dunia diguncang dengan pandemi Virus Corona atau disebut juga Covid-19 (*Coronavirus Disease 2019*) adalah jenis penyakit baru yang menyebar cepat dan disebabkan oleh jenis *coronavirus* baru yakni SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2*) adalah virus yang menyerang sistem pernapasan (Zheng, 2020). Langkah-langkah yang telah dilakukan oleh pemerintah untuk dapat menyelesaikan kasus luar biasa ini yaitu *Work From Home* (bekerja dari rumah) mensosialisasikan gerakan *social distancing* dan *physical distancing*. Berdasarkan putusan ini, semua sekolah dan perguruan

tinggi menutup aktivitas pembelajaran di kelas atau tatap muka dan menggantinya dengan pembelajaran *daring* atau belajar online untuk mengantisipasi penyebaran virus corona (Safrizal, dkk, 2020). Perkuliahan tatap muka diganti dengan sistem *daring*, hal ini dapat berpengaruh terhadap keterbatasan aktivitas fisik yang dilakukan oleh mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga. Selain itu, pandemi covid-19 juga mengakibatkan banyak orang tidak dapat berolahraga secara individu maupun kelompok di tempat umum seperti pusat kebugaran, sehingga tersedianya fasilitas olahraga di rumah dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat aktivitas fisik mahasiswi selama pandemi.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “**Hubungan *Body Image* dengan Pola Konsumsi dan Aktivitas Fisik Pada Mahasiswi Gizi FKM Universitas Airlangga Di Masa Pandemi *Covid-19*.**

1.2 Identifikasi Masalah

Covid-19 (*Coronavirus Disease 2019*), adalah jenis penyakit baru yang menyebar cepat dan disebabkan oleh jenis coronavirus baru yakni SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrom e Coronavirus-2*) (Zheng,2020). Menurut data dari Satuan Tugas Percepatan Penanganan Covid-19, di Indonesia per tanggal 20 September 2020 jumlah kasus

konfirmasi positif mencapai 245 ribu kasus dengan 9.553 jiwa meninggal dunia dan 177 ribu yang sembuh. Provinsi Jawa Timur menduduki posisi kedua tertinggi di Indonesia dengan jumlah kasus sejumlah 40.708 orang dan 2.965 jiwa meninggal (7,28%). Kota Surabaya pada tanggal yang sama menempati posisi tertinggi di Provinsi Jawa Timur dengan kasus sebanyak 13.590 kasus dan 1.018 jiwa meninggal.

Penularan virus covid-19 yang begitu cepat terutama di Indonesia saat ini berdampak bagi seluruh masyarakat. Kebijakan berdiam di dalam rumah dapat menyebabkan kurangnya aktivitas fisik dan pola konsumsi mahasiswa berlebih yang mengakibatkan *body image* tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Selain itu, pandemi covid-19 juga mengakibatkan banyak orang tidak dapat berolahraga secara individu maupun kelompok di tempat umum seperti pusat kebugaran. Kondisi seperti ini dapat menyebabkan aktivitas fisik mahasiswa berkurang (Nurmidin, 2020).

Mahasiswa gizi, terutama semester 7 yang akan segera menjadi Sarjana Gizi dituntut untuk memiliki penampilan yang ideal sebagai *personal branding* baik saat melakukan edukasi kepada masyarakat, konseling, maupun kegiatan lainnya. Mahasiswa mempunyai *body image* tersendiri, *body image* membentuk persepsi seseorang tentang tubuh baik secara internal maupun eksternal. Anggapan tentang *body image* yang ideal biasanya memicu mahasiswa untuk melakukan apapun untuk memenuhi

standart tersebut. Hal ini akan mempengaruhi munculnya *body image* yang berbeda-beda di kalangan mahasiswa.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemapar latar belakang dan identifikasi masalah yang telah disampaikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan *body image* dengan pola konsumsi pada mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga di masa pandemi covid-19?
2. Apakah terdapat hubungan *body image* dengan aktivitas fisik pada mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga di masa pandemi covid-19?

1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Menganalisis adanya hubungan *body image* dengan pola konsumsi dan aktivitas fisik pada mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga di masa pandemi covid-19.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik responden berupa usia.
2. Mengidentifikasi persepsi *body image* pada mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga dimasa pandemicovid-19.

3. Mengidentifikasi pola konsumsi pada mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga dimasa pandemicovid-19.
4. Mengidentifikasi aktivitas fisik pada mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga dimasa pandemicovid-19.
5. Menganalisis hubungan *body image* dengan pola konsumsi pada mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga di masa pandemi covid-19.
6. Menganalisis hubungan *body image* dengan aktivitas fisik pada mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga di masa pandemi covid-19.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Responden

Memberikan informasi mengenai hubungan *body image* dengan pola konsumsi dan aktivitas fisik.

1.5.2 Bagi Peneliti

Menjadi sarana belajar untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti terkait *body image* dengan pola konsumsi dan aktivitas fisik pada mahasiswi Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga.

1.5.3 Bagi Institusi Pendidikan

Memperbanyak kajian kesehatan masyarakat dan dapat dijadikan dasar dalam penanggulangan masalah gizi mahasiswa dan sebagai sumber

informasi dan wacana bacaan yang dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya.