

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Perkembangan zaman merupakan sesuatu yang tidak dapat dicegah termasuk adanya perubahan gaya hidup. Negara Indonesia termasuk negara yang menghadapi masalah perubahan gaya hidup yang mempengaruhi faktor kesehatan masyarakat (Kemenkes RI, 2017). Menurut Latief (2013), perubahan gaya hidup sering terjadi pada anak usia muda dengan cara berpakaian, makan, dan minum yang berbeda dan juga cara mereka berkomunikasi. Anak usia muda ini juga merupakan sebagian kelompok yang sedang menempuh pendidikan yaitu sebagai mahasiswa di perguruan tinggi.

Menurut Willis (2011) usia mahasiswa yaitu 18 sampai 24 tahun dan juga merupakan usia dewasa awal (*young adulthood*). Periode ini merupakan periode dimana seseorang berada di fase puncak dalam aspek kesehatan, kekuatan, energi, dan daya tahan sehingga perlu mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi. Menurut Siallagan (2011), mahasiswa memiliki tugas dan tanggung jawab yang banyak dalam melaksanakan perannya sebagai mahasiswa. Sehingga melalui kegiatan-kegiatan mahasiswa tersebut dapat mempengaruhi perubahan gaya hidup terlebih pada pola makan sehari-hari.

Pola makan yaitu susunan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi pada waktu tertentu oleh seseorang. Pola makan terdiri dari frekuensi makan, jenis makanan, dan porsi makan (Wahyu, 2015). Perubahan gaya hidup yang terjadi tersebut

dikalangan mahasiswa dapat mempengaruhi pola makan mereka termasuk didalamnya pemilihan bahan makanan dan frekuensi makan (Pratiwi, 2013).

Penelitian yang dilakukan Sulastri (2012) mengatakan bahwa jumlah, frekuensi, dan jenis makan sangat perlu diperhatikan demi meringankan pekerjaan system pencernaan dan tidak merusak lapisan mukosa lambung. Menurut Wahyu (2015) gastritis biasa diawali dengan pola makan tidak baik dan tidak teratur yang menyebabkan menjadi sensitif dan dapat menyebabkan iritasi atau kerusakan lapisan mukosa/submukosa lambung. Hal ini lebih cenderung meningkatkan risiko untuk terkena gastritis, yaitu pola makan tidak teratur, stress, dan pola hidup tidak sehat. Perubahan pola makan dipengaruhi oleh kehidupan sosial dan kesibukan mahasiswa, sehingga memungkinkan mereka kurang memperhatikan pola makan seperti waktu dan jenis makanan yang dikonsumsi (Gustin, 2011).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization, 2014) insiden kejadian gastritis di dunia mencapai 1,8-2,1 juta penduduk setiap tahun. Di Indonesia, persentase kejadian gastritis sebanyak 40,8% dari populasi. Angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia dikatakan cukup tinggi hingga prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Dinas Kesehatan Kota Tangerang pada tahun 2011, mengatakan bahwa pada tahun 2009 angka kejadian gastritis sebanyak 7.729 kasus (12,20%) dan meningkat pada tahun 2010 menjadi 9.773 kasus (12,26%). Data yang didapatkan penulis saat pengambilan data awal yang dilakukan pada Februari 2020 di fakultas perhotelan universitas swasta indonesia bagian barat yaitu angka kejadian gastritis dialami oleh mahasiswa sebanyak 15 dari 30 (50%) orang pernah mengalami gastritis. Didapatkan juga

data bahwa sebagian mahasiswa yang mengalami gastritis maupun gejala gastritis juga mahasiswa lainnya mengatakan bahwa mahasiswa sering terlambat makan dan tidak makan sesuai dengan waktu yang seharusnya dengan alasan bahwa mahasiswa sibuk dengan tugas mereka sebanyak 28 orang, tidak sempat makan akibat jadwal kuliah yang padat sebanyak 21 orang, pengaruh lingkungan (contoh; teman,dll) sebanyak 26 orang, melewati/skip jadwal makan (pagi/siang/malam) karena tidak *mood*/selera makan sebanyak 25 orang, dan sudah terbiasa tidak sarapan.

Menurut Notoatmodjo (2003) di dalam Agnes (2017) pengetahuan merupakan salah satu faktor yang penting sebagai terbentuknya tindakan. Pengetahuan tentang pemenuhan gizi yang baik disertai dengan pemahaman yang tepat akan menimbulkan perilaku baik. Jika pengetahuan yang dimiliki mahasiswa kurang terhadap gizi, maka upaya atau tindakan yang dilakukan untuk menjaga pola makan yang baik juga akan berkurang dan menyebabkan masalah gizi.

Profesor Hardinsyah sebagai Ketua Umum Pergizi Pangan Indonesia mengemukakan bahwa masyarakat mampu ataupun tidak mampu di Indonesia memiliki pengetahuan yang kurang tentang gizi seimbang. Hal ini menyebabkan pemenuhan gizi seimbang tidak tercapai. Masyarakat mampu juga dapat mengalami kekurangan ataupun kelebihan gizi (Windhi, 2016). Oleh karena itu, pengetahuan mengenai kesehatan berperan sangat penting dalam meminimalisir dampak dari masalah perilaku yang tidak sehat dengan pencegahan perilaku dan gaya hidup yang tidak sehat.

Asupan energi dipengaruhi perilaku makan individu. Perilaku makan dapat menjadi tidak normal bila adanya pengekanan berlebih terhadap keinginan makan atau tidak adanya kontrol terhadap keinginan makan. Kebiasaan makan individu dipengaruhi oleh cara berpikir dan perilaku, berperasaan, dan juga pandangan terhadap makanan. Kebiasaan makan juga dipengaruhi oleh dua factor yaitu: faktor lingkungan sosial dan faktor kesediaan bahan makan. Data dari Kementerian Kesehatan RI (2013) mengatakan proporsi penduduk berumur  $\geq 10$  tahun di Indonesia memiliki perilaku konsumsi makanan yang berlemak, kolesterol dan makan gorengan yaitu 40,7%, konsumsi makanan yang asin yaitu 26,2% dan konsumsi makanan manis yaitu 53,1%. Kemudian persentase perilaku yang kurang konsumsi sayur dan buah-buahan sebesar 93,5%. Oleh karena itu, perilaku pola makan sangat penting dalam pemenuhan asupan gizi pada mahasiswa berhubungan dengan pola makan mahasiswa.

Oleh karena itu, peneliti ingin mengambil topik gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku pola makan terhadap gastritis sebagai bahan penelitian untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan perilaku pola makan pada mahasiswa tingkat tiga fakultas pariwisata terhadap gastritis di satu Universitas swasta Indonesia bagian barat Tangerang, sehingga dapat menjadi upaya pencegahan terjadinya gastritis dengan menambah tingkat pengetahuan dan perilaku mahasiswa mengenai pola makan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui “bagaimana gambaran tingkatan pengetahuan dan perilaku pola

makan pada mahasiswa tingkat tiga fakultas pariwisata terhadap gastritis” di satu Universitas swasta bagian Barat Tangerang.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku pola makan mahasiswa tingkat tiga fakultas pariwisata terhadap gastritis Di satu Universitas swasta Indonesia bagian barat Tangerang.

### **1.4 Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan diatas, maka pertanyaan pada penelitian ini ialah “Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku pola makan mahasiswa tingkat tiga Fakultas Pariwisata Di Satu Universitas Swasta Indonesia Bagian Barat?”

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pembaca berhubungan dengan tingkat pengetahuan dan perilaku pola makan yang baik terhadap gastritis, sehingga penelitian ini dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat bagi perkembangan penelitian selanjutnya.

#### **1.5.2 Manfaat Praktis**

##### **1) Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan kepada mahasiswa tingkat III pariwisata dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku pola makan yang baik sebagai upaya mencegah terjadinya gastritis,

sehingga mahasiswa dapat melaksanakan peran dan tugasnya sebagai seorang mahasiswa dengan baik.

## 2) Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian dapat menjadi referensi atau sumber bagi institusi dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku pola makan yang baik pada mahasiswa fakultas pariwisata. Dan juga dapat dijadikan bahan acuan bagi institusi keperawatan dalam mengedukasi masyarakat tentang pola makan yang baik dalam upaya pencegahan terjadinya gastritis di komunitas.

## 3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya yang hendak mengetahui tingkat pengetahuan dan perilaku pola makan terhadap gastritis sehingga dapat dikembangkan menjadi penelitian yang lebih baik.