

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja, yang mencakup usia 10 hingga 19 tahun, adalah fase transisi krusial dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Perpindahan dari remaja akhir ke dewasa muda membawa perubahan besar dalam perkembangan individu. Pada tahap ini, pertumbuhan pesat dan aktivitas yang tinggi memerlukan energi yang cukup besar. Perubahan hormonal, kognitif, dan emosional turut terjadi seiring dengan peningkatan pertumbuhan. Oleh karena itu, lingkungan belajar yang mendukung dan fasilitas memadai sangat diperlukan untuk menunjang aktivitas perkuliahan mahasiswa (Neves et al., 2021)..

Mahasiswa memerlukan fasilitas yang mendukung kegiatan belajar, terutama terkait dengan fasilitas tempat duduk di ruang kelas. Kursi kuliah merupakan salah satu elemen utama di lingkungan kampus. Kenyamanan kursi berperan penting dalam keberhasilan proses belajar mengajar. Kursi yang nyaman dapat membantu mahasiswa lebih fokus dan efektif dalam memahami materi perkuliahan, sedangkan kursi yang tidak nyaman berpotensi mengganggu proses pembelajaran dan menimbulkan keluhan terkait kesesuaian dimensi tubuh mereka. Oleh karena itu, kualitas kursi perlu diperhatikan, karena posisi tubuh manusia sangat dipengaruhi oleh jenis aktivitas yang dilakukan (Nofirza et al., 2021). Secara umum, peneliti merekomendasikan penggunaan furnitur sekolah yang dirancang secara ergonomis untuk memenuhi kebutuhan mahasiswa dan memastikan kenyamanan mereka (Dawal et al., 2012).

Dalam Penelitian (Sustainability 2018), menunjukkan perempuan dan laki-laki Slowakia pada 2007-2017 rata-rata lebih tinggi dan lebih berat dibandingkan perempuan dan laki-laki pada 1993-2013. Peningkatan untuk sekitar 14 tahun bervariasi antara 0,5 dan 3,9 %. Selain itu, tinggi dan berat badan laki-laki Slowakia pada tahun 2007-2017 lebih bervariasi dibandingkan periode 1993-2003.

Data antropometri memiliki peran yang sangat penting dalam merancang lingkungan kerja dan fasilitas yang sesuai dengan ukuran tubuh manusia (Dawal et al., 2012). Selain menggambarkan ukuran tubuh, pertumbuhan anak juga mencerminkan kecukupan gizi, yang menjadikannya sebagai indikator utama status gizi. Evaluasi status gizi, yang menggunakan berbagai metode, bertujuan untuk mendeteksi potensi risiko kesehatan serta mengidentifikasi gangguan status gizi. Oleh karena itu, pemanfaatan data antropometri tidak hanya membantu dalam merancang lingkungan yang tepat, tetapi juga memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai kesehatan dan status gizi individu (Akhir et al., 2022).

Berdasarkan data laporan nasional (Riskesdas, 2018) 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun, 30,4% remaja usia 18 – 24 tahun dengan status gizi pendek sangat pendek dan lebih pendek (Kemenkes RI, 2020). Status gizi Sumatra Utara yang gizi kurang 7,3% dan gizi lebih 17,7%. Wilayah kota Medan indeks status gizi remaja 16-18 tahun gizi kurang 3,63% dan gizi lebih 15,92% angka ini lebih tinggi.

Untuk mengakomodasi berbagai ukuran dan bentuk tubuh, desainer kursi mengembangkan mekanisme yang memungkinkan penyesuaian tinggi kursi dan posisi lengan secara ergonomis untuk memastikan kenyamanan. Ergonomi adalah studi tentang interaksi antara manusia, fasilitas kerja, dan lingkungan, dengan tujuan utama menyesuaikan kondisi kerja dengan kebutuhan manusia. Posisi duduk yang tidak ergonomis dapat menyebabkan ketidaknyamanan, karena kursi yang digunakan tidak sesuai dengan ukuran antropometri pengguna (Amri, 2015).

Ketidaknyamanan akibat posisi duduk yang salah selama perkuliahan tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik dan status gizi mahasiswa, tetapi juga berisiko mengganggu prestasi akademis mereka. Posisi duduk yang buruk dan minimnya aktivitas fisik dapat menyebabkan peningkatan berat badan, gangguan nutrisi, serta masalah pencernaan. Mahasiswa

yang merasa tidak nyaman cenderung mengabaikan pola makan sehat, memilih makanan yang kurang bergizi, dan mengurangi aktivitas fisik, yang semuanya dapat memengaruhi keseimbangan energi tubuh. Menyadari pentingnya gerakan fisik, bahkan saat perkuliahan, sangat penting untuk menjaga kesehatan dan status gizi yang seimbang (Setiawan et al., 2021).

Salah satu cara yang sederhana untuk mengevaluasi status gizi adalah dengan menilai ukuran tubuh. Pengamatan terhadap tubuh manusia, yang meliputi tulang rangka dan organ tubuh, dilakukan menggunakan metode dan alat tertentu. Antropometri dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia, jenis kelamin, ras atau etnis, status sosial ekonomi, nutrisi, aktivitas dan pekerjaan, serta kondisi saat pengukuran dilakukan (Handayani & Pasaribu, 2022). Status gizi dapat diketahui melalui indikator pemeriksaan antropometri dengan mengukur berbagai parameter (Bemj, 2023).

Parameter yang digunakan untuk mengukur tubuh manusia meliputi umur, berat badan, tinggi badan, lingkar pinggang, dan lingkar pinggul. Indikator status gizi yang diterapkan untuk kelompok usia remaja didasarkan pada pengukuran antropometri, seperti Indeks Massa Tubuh (IMT), yang diikuti oleh pengukuran berat badan dan tinggi badan sebagai indikator yang baik untuk menentukan status gizi remaja. Status antropometri remaja sangat bervariasi, dan selama masa pertumbuhan, status ini dapat berubah dengan cepat (Patimah, 2017).

Oleh karena itu, kursi merupakan salah satu kelas mebel yang ukurannya harus disesuaikan dengan ukuran tubuh manusia. Penyesuaian dimensi fungsional kursi disesuaikan dengan kelompok penggunaanya. Kursi harus berukuran rata-rata, yang didasarkan pada rentang ukuran pengguna umum. Itu sebabnya data antropometri diperlukan untuk perancangan kursi universal ini. Kadang-kadang, untuk mengantisipasi ragam ukuran dan bentuk tubuh, perancang kursi menciptakan mekanisme yang memungkinkan pengaturan tinggi kursi, dan posisi lengan kursi. Namun tetap saja sebuah “standar” diperlukan (Rokom, 2024).

Hasil obeservasi awal telah penulis lakukan pada tanggal 21 November 2023 di Kampus Poltekkes Medan Jurusan Gizi Lubuk Pakam kepada mahasiswa tingkat 1 semester 2 D-III dan D- IV Gizi, dilakukan pengukuran antropometri menunjukkan bahwa fasilitas kampus, khususnya kursi lipat besi dengan senderan dan bantalan busa, tidak seimbang dengan postur tubuh dan status gizi mahasiswa. Observasi ini melibatkan 5 mahasiswa dengan penilaian berdasarkan BB/TB dan RLPP. Dengan mempertimbangkan hal ini, penting untuk menekankan perlunya pengukuran antropometri dimensi tubuh mahasiswa gizi guna menyesuaikan fasilitas di masa yang akan datang. maka, penulis tertarik untuk mengetahui “Gambaran Ergonomis dan Status Gizi Mahasiswa Poltekkes Medan Jurusan Gizi di Lubuk Pakam”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana gambaran ergonomis dan status gizi mahasiswa Poltekkes Medan Jurusan Gizi di Lubuk Pakam.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran ergonomis dan status gizi mahasiswa Poltekkes Medan Jurusan Gizi di Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai gambaran ergonomis mahasiswa Poltekkes Medan jurusan Gizi di Lubuk Pakam
- b. Menilai gambaran RLPP mahasiswa Poltekkes Medan Jurusan Gizi di Lubuk Pakam.
- c. Menilai gambaran status gizi menurut IMT/U mahasiswa Poltekkes Medan Jurusan Gizi di Lubuk Pakam.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Sebagai salah satu sarana untuk dapat mengembangkan kemampuan dan wawasan peneliti dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah (KTI).

2. Bagi Mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini, mahasiswa Poltekkes Medan Jurusan Gizi di Lubuk Pakam dapat mengetahui bagaimana gambaran antropometri tubuh, ergonomis dan status gizi.

C. Bagi Institusi

Dapat dijadikan sebagai bahan untuk pengembangan bahan evaluasi tentang bagaimana gambaran antropometri tubuh dan status gizi mahasiswa Poltekkes Medan Jurusan Gizi di Lubuk Pakam.