

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas atau *overweight* telah menjadi masalah di seluruh dunia dan dinyatakan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai masalah kesehatan kronis terbesar, termasuk di Indonesia baik di kalangan orang dewasa maupun di kalangan remaja (Wulandari, 2016). Obesitas adalah hasil asupan energi yang tidak diimbangi dengan aktivitas fisik dan dimediasi oleh faktor genetik, perilaku dan lingkungan (Janssen et al., 2004 dalam Ali, 2018). *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa tahun 2015, sekitar 2,3 miliar remaja usia 15 tahun ke atas, mengalami kelebihan berat badan, dari jumlah tersebut lebih dari 700 juta mengalami obesitas. Di Asia Tenggara angka *overweight* mencapai 14% dan 3% obesitas (Widyaningtyas dan Kartini, 2013 dalam Hafid, 2019).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dari hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi remaja gemuk sebesar 9,5%. Prevalensi remaja gemuk di Indonesia mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2013, prevalensi gemuk remaja usia 16-18 tahun meningkat 2,2%. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan kejadian kegemukan dari tahun ke tahun. Prevalensi obesitas tertinggi di DKI Jakarta yaitu 39,7% (Riskesdas, 2018).

Obesitas pada remaja dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang bersifat multifaktorial, diantaranya peningkatan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia dan jenis kelamin (Kurdanti, 2015 dalam Hafid, 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Herlina Harahap (2021), menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja dan tidak ada hubungan tingkat stres dengan obesitas pada remaja. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Telisa (2020),

menunjukkan bahwa faktor yang secara signifikan berhubungan dan menjadi faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja adalah asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, konsumsi *fast food*, aktivitas fisik, uang saku dan keturunan atau memiliki riwayat orang tua yang gemuk.

Menurut Hanum (2017), remaja cenderung mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan dan orang-orang terdekat dan mudah mengikuti alur zaman seperti mode dan tren yang sedang berkembang di masyarakat. Pada umumnya remaja menyukai makanan *fast food*. Makanan tersebut banyak mengandung kalori, lemak, kolesterol serta natrium. Jika dikonsumsi dalam jangka panjang dapat memicu terjadinya obesitas. Keberadaan restoran-restoran *fast food* semakin banyak di kota-kota besar di Indonesia (Heryudarini, 2015). Restoran siap saji (*fast food*) menyajikan jumlah menu makanan yang relatif banyak mengandung garam dan kadar lemak yang cukup tinggi. Sehingga, remaja yang sering mengonsumsi makanan siap saji (*fast food*) akan berdampak negatif bagi remaja salah satunya mengalami kelebihan berat badan (Sugiatmi, 2018). Alasan mengonsumsi makanan cepat saji adalah karena penyajiannya yang cepat (Restiani, 2012). Oleh karena itu, sebagian besar masyarakat khususnya remaja menginginkan semua yang serba cepat, seperti memilih makanan, baik pada saat proses penyajian maupun pada saat dimakan. Remaja hanya membutuhkan waktu beberapa menit untuk menunggu yang dipesan datang dan siap dimakan (Pamelia, 2018).

Aplikasi pesan antar makanan *online* saat ini banyak digunakan oleh berbagai kalangan masyarakat. Selama wabah COVID-19 global tahun 2020, keuntungan dari pengiriman makanan *online* (*Food Delivery*-FD) sangatlah jelas, karena telah memfasilitasi akses konsumen ke makanan yang telah disiapkan tanpa harus melakukan kontak tatap muka selama pandemi. FD *online* mempengaruhi hubungan antara konsumen dan makanan dengan mengubah cara konsumen memperoleh, menyiapkan dan mengonsumsi makanan (Li, 2020). Selain itu, dengan membuat proses mendapatkan makanan menjadi mudah, hanya dengan membutuhkan beberapa sentuhan pada *keyboard* agar makanan diantarkan ke depan pintu.

Namun, *FD online* berpotensi mempromosikan gaya hidup yang tidak banyak bergerak yang berbahaya bagi kesehatan (Stephens, 2020). Menurut Keeble Matthew (2020), ketersediaan layanan pengiriman makanan online telah diperkirakan meningkat yang dapat mengarah pada penggunaan yang lebih besar. Pemahaman saat ini terbatas tentang kualitas gizi produk makanan yang dijual melalui layanan pengiriman makanan online terutama disiapkan di gerai makanan yang ada fasilitas. Kemudahan pembelian makanan *online* juga mengakibatkan seseorang cenderung memiliki budaya konsumtif yang berpengaruh terhadap dan bagaimana perilaku konsumsi. Semakin meningkat perilaku konsumsi seseorang maka akan meningkatkan juga status gizi seseorang. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Syafriani (2018), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian *overweight* pada siswa SMA. Dengan demikian, layanan pembelian makanan *online* dapat berkontribusi pada asupan kalori berlebih yang dapat menyebabkan berbagai macam penyakit.

Konsumsi pangan individu, khususnya individu juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi dinilai menjadi salah satu faktor yang penting dalam konsumsi pangan dan status gizi. Hal tersebut berhubungan dengan pemilihan bahan makanan, pemilihan menu, pengolahan pangan, dan menentukan pola konsumsi pangan yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu (Almatsier, 2002). Oleh karena itu, remaja harus memiliki pengetahuan mengenai bahaya yang ditimbulkan dari kebiasaan mengonsumsi *fast food*, serta akibat dari mengonsumsi *fast food* yang berguna untuk menghambat meningkatnya angka kejadian penyakit jika mengonsumsi *fast food*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ariyana (2020), menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi *fast food*. Penelitian ini didukung oleh Susanti (2008 dalam Sari, 2015) yang mengatakan ada sebanyak 66,7% remaja yang sudah kebiasaan untuk membeli makanan cepat saji diatas tiga kali dalam kurun waktu seminggu. Dari hasil penelitian

ini juga menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan terhadap *fast food* dengan kebiasaan konsumsi *fast food*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Imtihani (2013), menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara uang saku dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa uang saku berhubungan dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji yaitu semakin tinggi uang saku maka semakin tinggi frekuensi konsumsi makanan cepat saji. Hal ini terjadi karena subjek yang mendapatkan uang saku yang cukup, menggunakan uangnya untuk membeli makanan cepat saji.

SMA Negeri 21 Jakarta yang berada di Kelurahan Kayu Putih ini memiliki karakteristik yang unik bagi lingkup secara regional. Pada Kelurahan Kayu Putih berbatasan dengan Kelurahan Cempaka Putih (Jakarta Pusat), Kelurahan Kelapa Gading (Jakarta Utara), Kelurahan Rawamangun dan Kelurahan Pulo Gadung (Jakarta Timur) yang mencerminkan suasana kehidupan modern di perkotaan (Lina, 2009). Pada daerah ini tersedia sejumlah fasilitas seperti restoran, kafe, mal dan pasar baik tradisional maupun swalayan. SMA Negeri 21 Jakarta merupakan salah satu SMA favorit di DKI Jakarta. Sehingga para siswa yang bersekolah tidak hanya berasal dari satu suku bangsa/etnis atau agama tertentu. Dengan latar belakang yang majemuk, maka diharapkan kuesioner ini menjadi lebih efektif. Hal tersebut membuat adanya keberagaman latar belakang siswa di SMA Negeri 21 Jakarta yang juga disebabkan oleh faktor pekerjaan orang tua siswa. Peneliti berasumsi pekerjaan orang tua siswa yang bervariasi sangat mempengaruhi siswa dalam memilih pembelian makanan.

Berdasarkan penelitian Mardatillah (2008 dalam Farida, 2017) terhadap 113 siswa sekolah menengah atas di Jakarta Timur didapatkan prevalensi obesitas sebesar 33,6%. Penelitian ini akan dilakukan di SMA Kelurahan Kayu Putih, Jakarta Timur yang mewakili populasi ibu kota Indonesia. Dari penelitian sebelumnya, salah satunya dilakukan pada tahun 1992 menunjukkan bahwa prevalensi obesitas di kelurahan Kayu Putih adalah 17,1% selain itu, prevalensi yang ditemukan pada pria dan wanita

adalah 10,9% dan 24,1%. Pada tahun berikutnya tahun 1993, ditemukan bahwa prevalensi pada pria adalah 39,1% dan 52,3% pada wanita (Rissanen, 2003 dalam Cornain, 2013).

Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian yang berada di SMA Negeri 21 Jakarta dengan letak sekolah yang berada di perkotaan dan dekat dengan restoran, kafe dan mal, sehingga peneliti mengasumsikan adanya kemungkinan siswa dan siswi tersebut memiliki gaya hidup yang lebih berisiko.

1.2 Rumusan Masalah

Masalah yang berkaitan dengan obesitas telah mendapat perhatian karena terkait dengan sejumlah penyakit degeneratif seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes, dan kanker. Salah satu penyebab peningkatan obesitas di kalangan remaja perkotaan adalah adanya peningkatan frekuensi konsumsi makanan cepat saji. Jumlah restoran makanan cepat saji yang meningkat, membuat semakin banyak remaja mengonsumsi makanan cepat saji. Hal ini dikarenakan makanan cepat saji bersifat cepat, mudah, dan menarik untuk remaja serta faktor kenyamanan yang mendukung, salah satunya adalah tersedianya di layanan pemesanan makanan *online*.

Faktor lainnya adalah pengetahuan tentang gizi dan uang saku. Pengetahuan gizi menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi (Sediaoetama, 2002 dalam Imtihani, 2013). Jika tidak sadar akan kebutuhan gizi untuk mencegah peningkatan berat badan yang berlebih, maka dapat memperburuk status gizinya (Abraham, 2018).

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijabarkan di atas, maka pertanyaan dalam penelitian ini adalah ‘apakah terdapat hubungan antara pembelian makanan *online*, pengetahuan gizi dan uang saku dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta?’.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pembelian makanan *online*, pengetahuan gizi dan uang saku dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi sebaran karakteristik siswa (usia dan jenis kelamin) di SMA Negeri 21 Jakarta.
2. Mengidentifikasi sebaran pembelian makanan *online* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.
3. Mengidentifikasi sebaran pengetahuan gizi pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.
4. Mengidentifikasi sebaran uang saku pada remaja SMA Negeri 21 Jakarta.
5. Mengidentifikasi sebaran frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.
6. Menganalisis hubungan antara pembelian makanan *online* dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.
7. Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.
8. Menganalisis hubungan antara uang saku dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

1. Adanya informasi tentang frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.
2. Memperoleh pengalaman dalam berinteraksi dengan remaja SMA serta masyarakat sekitarnya.
3. Memperoleh pengalaman dalam membuat skripsi untuk pengambilan data ke dalam masyarakat.

1.4.2 Bagi SMA Negeri 21 Jakarta

1. Kepala Sekolah dan Guru dapat mengetahui gambaran mengenai frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.
2. Sebagai informasi kepada siswa/i tentang hubungan pembelian makanan *online*, pengetahuan gizi dan uang dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 21 Jakarta.

1.4.3 Bagi STIK Sint Carolus

1. Menjalin relasi yang baik antara STIK Sint Carolus dengan SMA Negeri 21 Jakarta.
2. Menambah kepustakaan bagi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus.
3. Sebagai bahan informasi dan pengembangan bagi peneliti berikut.