

**FAKTOR RISIKO FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD*
TERHADAP KEJADIAN KEGEMUKAN (*OVERWEIGHT*)
PADA REMAJA DI SMA BATIK I SURAKARTA**

SKRIPSI



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

DIAN TRI HASTUTI
J 310 040 005

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2008

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era globalisasi seperti saat ini kebiasaan makan bersama sekarang sudah jarang dilakukan karena kesibukan orang tua sehingga tidak ada waktu saling berkumpul. Kehadiran *fast food* dalam industri makanan di Indonesia dapat mempengaruhi pola makan kaum remaja di kota. Aktivitas yang banyak dilakukan remaja di luar rumah membuat seorang remaja sering dipengaruhi rekan sebayanya. Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi akan tetapi lebih untuk bersosialisasi dan kesenangan. Khususnya bagi remaja tingkat menengah ke atas, restoran *fast food* merupakan tempat yang tepat untuk bersantai. Makanan di restoran *fast food* ditawarkan dengan harga yang terjangkau, servisnya cepat, dan jenis makanannya sesuai dengan selera banyak orang (Khomsan, 2003).

Menurut Madanijah (2004) peningkatan pendapatan merupakan salah satu faktor yang memberikan peluang untuk membeli pangan dengan kualitas maupun kuantitas yang lebih baik. Besar kecilnya pendapatan keluarga berpengaruh terhadap pola konsumsi.

Remaja perlu mendapat perhatian orang tua dalam pemilihan makanan terutama jenis *fast food*. Banyak *fast food* yang mengandung kalori tinggi, kadar lemak, gula, dan sodium (Na) juga tinggi, tetapi rendah akan kandungan vitamin A, asam askorbat, kalsium, dan serat (Ismoko, 2007). Kandungan gizi yang tidak seimbang ini bila sudah terlanjur menjadi pola makan, maka akan berdampak negatif pada status gizi remaja. Aspek

pemilihan makanan penting diperhatikan oleh remaja. Kebiasaan mengkonsumsi *fast food* secara berlebihan dapat menimbulkan masalah kegemukan. Kegemukan menjadi sesuatu yang harus diwaspadai karena kegemukan yang berkelanjutan akan menimbulkan berbagai macam penyakit degeneratif seperti jantung koroner, diabetes mellitus, dan hipertensi (Khomsan, 2003).

Penelitian yang dilakukan oleh Padmiari, dkk (2001) di kota Denpasar Bali menunjukkan prevalensi obesitas pada anak sekolah cukup tinggi 13,6%. Banyaknya macam makanan cepat saji yang dimakan berhubungan dengan naiknya *risiko* obesitas (OR = 6,5, 95% CI : 1,4 - 30,7).

Berdasarkan hal-hal tersebut peneliti ingin mengetahui seberapa besar remaja di SMA Batik I Surakarta mengkonsumsi *fast food*, dengan pertimbangan prevalensi obesitas di SMA Batik I Surakarta cukup besar yaitu 3,6%, serta lokasi sekolah yang berdekatan dengan pusat perbelanjaan (*mall*) dan di sekitar sekolah terdapat banyak penjual makanan cepat saji.

B. Rumusan Masalah

Berapa besar *risiko* frekuensi konsumsi *fast food* terhadap kejadian kegemukan (*overweight*) pada remaja di SMA Batik I Surakarta ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui berapa besar *risiko* frekuensi konsumsi *fast food* terhadap kegemukan (*overweight*) pada remaja di SMA Batik I Surakarta.

2. Tujuan Khusus

Penelitian ini mempunyai tujuan khusus, yaitu:

- a. Mendeskripsikan frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Batik I Surakarta.
- b. Menganalisis *faktor risiko* frekuensi konsumsi *fast food* terhadap kejadian kegemukan (*overweight*) pada remaja di SMA Batik I Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini memberikan informasi mengenai frekuensi konsumsi *fast food* yang berlebihan akan berdampak negatif bagi kesehatan dan pihak sekolah dapat lebih memperhatikan makanan jajanan yang dijual di sekitar sekolah.

2. Bagi Remaja

Penelitian ini memberikan gambaran pada remaja mengenai kandungan zat gizi yang ada pada *fast food* dan kecenderungan konsumsi *fast food* dalam frekuensi yang berlebihan dapat menimbulkan kejadian kegemukan (*overweight*).