

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia sebagai salah satu negara berkembang saat ini mengalami masalah gizi ganda yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Gizi lebih di Indonesia terutama terjadi di kota-kota besar, hal ini dikarenakan di kota besar telah terjadi modernisasi yang membawa konsekuensi negatif yang secara langsung dan tidak langsung telah mengarahkan terjadinya penyimpangan-penyimpangan pola makan dan aktivitas fisik yang berperan penting terhadap munculnya *overweight* (Hadi, 2005).

Overweight adalah kelebihan berat badan dibandingkan dengan berat badan ideal yang dapat disebabkan oleh penimbunan jaringan lemak atau non lemak (Purnamawati, 2009). Tahun 2008, 10% laki-laki dan 14% perempuan di dunia mengalami *overweight* (WHO, 2008). Persentase berat badan lebih di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2007 ke tahun 2010 yaitu 19,1%. Menurut jenis kelamin lebih tinggi perempuan dibandingkan laki-laki (perempuan 1,5%, dan laki-laki 1,3%). Persentase status gizi penduduk menurut IMT di Provinsi Jawa Tengah menurut Riskesdas (2010) status gizi normal 70,9% dan 8,5% untuk *overweight*, dan menurut Riskesdas tahun 2007 persentase IMT di kota Surakarta 58% menunjukkan status gizi normal dan *overweight* 10,7%. Penelitian Makaryani (2013), menyatakan bahwa dari 50 siswi di SMA Batik 1 Surakarta, menunjukkan hasil siswi *overweight* sebanyak 34% dan tidak *overweight*

sebanyak 66%. Usia remaja merupakan kelompok yang sering mengalami masalah berat badan lebih (*overweight*) dibandingkan usia lainnya (Baliwati dkk, 2004).

Tubuh mulai mengalami perubahan dalam segi komposisi tubuh pada usia remaja. Dimana remaja perempuan lebih banyak menyimpan lemak dan remaja laki-laki lebih banyak penambahan jaringan tubuh dan massa otot sehingga remaja perempuan mempunyai persen lemak tubuh kira-kira dua kali lipat dibandingkan laki-laki (Putri, 2004). Remaja lebih banyak dipengaruhi oleh lingkungan dan perubahan gaya hidup yang menjadi lebih aktif, lebih banyak makan diluar rumah dan mendapat banyak pengaruh dalam pemilihan makanan. Remaja lebih sering mencoba-coba makanan baru, salah satunya adalah *fastfood* (Khomsan, 2004).

Pola konsumsi *fastfood* yang berlebihan dapat mengakibatkan gizi lebih (Mudjiyanto, dkk, 1994). Hal ini diperkuat oleh penelitian Zulfa (2011) pada 71 siswa Tasikmalaya, yang menyatakan bahwa semakin tinggi konsumsi *fastfood* maka status gizi akan semakin meningkat. Hal ini dikarenakan *fastfood* merupakan makanan siap saji yang mengandung tinggi kalori, tinggi lemak dan rendah serat. Kalori dan lemak yang berlebihan akan disimpan dalam tubuh, keadaan demikian yang terus menerus akan mengakibatkan penimbunan sehingga membuat orang menjadi *overweight* (Mardatillah, 2008). Hal serupa dikemukakan oleh Oktaviani (2012), menjelaskan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi *fastfood* dengan indeks masa tubuh. Tidak hanya frekuensi konsumsi *fastfood* yang mempengaruhi *overweight*, tetapi dari jenis makanan *fastfood* yang dikonsumsi dan jumlah atau porsi makan yang

dihabiskan setiap kali makan juga mempengaruhi *overweight* (Asmika, 2013).

SMA Batik 1 Surakarta merupakan salah satu sekolah yang ada di kota Surakarta, yang terletak tidak jauh dari pusat perbelanjaan (*mall*), tidak jauh dari restoran atau rumah makan siap saji. Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui status gizi dari 20 siswi kelas X diketahui 30% siswi yang status gizinya *overweight*. Bagaimana kejadian *overweight* dengan pola konsumsi *fastfood* belum pernah diteliti sebelumnya di SMA Batik 1 Surakarta. Maka penulis tertarik untuk meneliti hubungan pola konsumsi *fastfood* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara pola konsumsi *fastfood* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

Mengetahui hubungan antara pola konsumsi *fastfood* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.

2. Tujuan khusus :

a. Mengetahui frekuensi konsumsi, jumlah konsumsi dan jenis konsumsi *fastfood* pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.

- b. Mendiskripsikan kejadian *overweight* pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.
- c. Menganalisis hubungan frekuensi konsumsi *fastfood* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.
- d. Menganalisis hubungan jumlah konsumsi *fastfood* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

Bagi pihak sekolah memberikan informasi kepada pihak sekolah mengenai hubungan antara pola konsumsi *fastfood* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri.