

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehadiran *fast food* dalam industri makanan di Indonesia dapat mempengaruhi pola makan 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).

Kandungan gizi energi dan lemak yang tidak seimbang bila sudah terlanjur menjadi pola makan, maka akan berdampak negatif pada status gizi remaja. Aspek pemilihan makanan penting diperhatikan oleh remaja. Kebiasaan mengonsumsi *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).

Status gizi merupakan keadaan tubuh seseorang atau sekelompok orang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat gizi makanan. Menilai status gizi seseorang atau sekelompok orang, maka dapat

diketahui apakah seseorang atau sekelompok orang tersebut status gizinya baik atau tidak baik (Gibson, 2005).

Penelitian-penelitian ini menemukan adanya kaitan antara riwayat kebiasaan mengkonsumsi makanan tinggi kalori dan lemak, dengan meningkatnya kegemukan. Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO), angka kejadian obesitas di negara maju seperti Amerika Serikat, Australia dan negara-negara Eropa sangat tinggi. Angka ini terus meningkat dari tahun ke tahun. Di wilayah Asia Pasifik, gejala ini juga mulai berkembang, terutama di wilayah perkotaan dan beberapa kasus obesitas ditemukan sejak usia anak-anak. Di Malaysia, Cina dan Jepang, sekitar 5 - 17 persen kasus obesitas terjadi pada golongan usia yang relatif muda yaitu 6 - 14 tahun (Siswono, 2002).

Dikalangan remaja, status gizi lebih (kegemukan) merupakan permasalahan yang merisaukan karena dapat menurunkan rasa percaya diri seseorang dan menyebabkan gangguan psikologis yang serius. Belum lagi kemungkinan diskriminasi dari lingkungan sekitar. Jika kegemukan terjadi pada remaja, maka remaja tersebut akan tumbuh menjadi remaja yang kurang percaya diri. Hal tersebut diperkuat oleh *America journal of Epidemiology* dalam penelitiannya mengungkapkan obesitas yang dialami seseorang pada saat remaja berkaitan erat dengan peningkatan risiko kematian di usia paruh baya. Dari hasil penelitian diketahui bahwa mereka yang mengalami obesitas atau kelebihan berat badan (*owerweight*) saat remaja diketahui 3-4 kali lebih berisiko mengalami penyakit jantung yang berujung pada kematian, serta berisiko 2-3 kali terhadap penyakit kanker kolon dan penyakit pernapasan seperti asma dan emfisema (Depkes, 2010).

Prevalensi status gizi lebih (obesitas) pada anak Sekolah Dasar (SD) di Yogyakarta, seperti yang dilaporkan oleh Ismail tahun 1999 mencapai 9,7% dan di Denpasar menurut Padmiari dan Hadi tahun 2002 mencapai 15%. Survey yang dilakukan pada remaja siswa-siswi SLTP di Yogyakarta menunjukkan bahwa 7,8% remaja di perkotaan dan 2% di pedesaan mengalami obesitas. Angka prevalensi obesitas di atas baik pada anak-anak dan dewasa sudah merupakan *warning* bagi pemerintah dan masyarakat luas bahwa obesitas sudah menjadi ancaman bagi masyarakat Indonesia khususnya di kota-kota besar (Hadi, 2005). Data SUSENAS tahun 2004 menunjukkan bahwa obesitas pada anak telah mencapai 11% (Sudarmanto, 2008).

Hasil survei pendahuluan yang dilakukan pada remaja putri di SMA kota dan desa di Boyolali menunjukkan bahwa 9% remaja di perkotaan dan 4,5% remaja di pedesaan status gizinya lebih (obesitas). Berdasarkan hal-hal tersebut peneliti ingin mengetahui seberapa besar prevalensi asupan energi dan lemak serta status gizi di SMU kota dengan pertimbangan lokasi sekolah yang berdekatan dengan pusat perbelanjaan (*mall*). Dan peneliti ingin membandingkan prevalensi asupan energi dan lemak serta status gizi di SMU desa yang lokasi sekolah sangat jauh dari kota dan pusat perbelanjaan.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada perbedaan frekuensi konsumsi *fast food*, asupan energi, asupan lemak dan status gizi pada remaja SMA di kota dan di desa?

C. Tujuan Masalah

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan frekuensi *fast food*, asupan energi, asupan lemak dan status gizi pada remaja putri SMA di kota dan di desa.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan frekuensi konsumsi *fast food*, asupan energi, asupan lemak dan status gizi remaja putri di SMA kota.
- b. Mendiskripsikan frekuensi konsumsi *fast food*, asupan energi, asupan lemak dan status gizi remaja putri di SMA desa.
- c. Menganalisis perbedaan frekuensi konsumsi *fast food* remaja putri di SMA kota dan desa
- d. Menganalisis perbedaan asupan energi remaja putri di SMA kota dan desa.
- e. Menganalisis perbedaan asupan lemak remaja putri di SMA kota dan desa.
- f. Menganalisis perbedaan status gizi remaja putri di SMA kota dan desa.

D. Manfaat Masalah

1. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini memberikan informasi mengenai frekuensi konsumsi *fast food*, asupan energi dan lemak 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*).