

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di Indonesia masalah gizi saat ini adalah gizi buruk, namun masalah gizi lebih sudah mulai muncul bersamaan (beban ganda). Masalah yang lebih besar adalah masalah gizi pada kelompok umur tertentu, seperti remaja, jika tidak dibatasi akan diturunkan kepada generasi penerus. Secara umum, usia remaja adalah periode rentan gizi karena meningkatnya pertumbuhan fisik dan perkembangan yang pesat. Selain itu, anak remaja membutuhkan energi yang cukup untuk melakukan berbagai aktivitas olahraga. Pola konsumsi yang buruk akan berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan. Pola konsumsi mempengaruhi status gizi, sehingga sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang setiap hari. Pencapaian gizi seimbang berguna untuk mencegah masalah kesehatan dan gizi. (*Electronic Biomedicine (eBm)*, 2016)

Obesitas telah menjadi pandemi global diseluruh dunia dan dinyatakan oleh World Health Organization (WHO) sebagai masalah kesehatan kronis terbesar. Obesitas/overweight atau yang biasa dikenal sebagai kegemukan merupakan masalah yang cukup merisaukan dikalangan remaja. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi obesitas/overweight yaitu ketersediaan makanan yang murah. Didalam penelitian *Dewi, P. L. P., & Kartini, A. (2017)* menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi tingginya obesitas adalah pola makan dan pengetahuan gizi yang rendah. Pola makan terutama dikota besar, bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat (terutama dalam bentuk fast food), yaitu jenis

makanan yang tinggi energi, tinggi kolestrol, tinggi natrium namun rendah serat. Pengetahuan tentang gizi juga dapat menentukan perilaku individu dalam mengkonsumsi makanan. Selain itu remaja dalam memilih makanan juga dipengaruhi oleh selera dan keinginannya.

Berdasarkan penelitian Wiardani, Ni Komang, and AA Ngurah Kusumajaya (2018) menjelaskan bahwa Pola makan masyarakat saat ini sudah mengarah pada pola makan western dengan ciri tinggi energi, tinggi lemak dan rendah serat. Adanya transisi demografi dan akulturasi budaya masyarakat membawa perubahan terhadap pola makan dan gaya hidupnya, Pola makan masyarakat saat ini sudah mengarah pada pola makan western dengan ciri tinggi energi, tinggi lemak dan rendah serat

Pengetahuan tentang gizi juga dapat menentukan perilaku individu dalam mengkonsumsi makanan. Selain itu remaja dalam memilih makanan juga dipengaruhi oleh selera dan keinginannya. Dewi, P. L. P., & Kartini, A. (2017) seiring perkembangan teknologi dan perkembangan jaman belakangan ini banyak remaja tidak memperhatikan pola makannya dengan baik kebanyakan di jaman sekarang remaja lebih memilih makan junk food atau pizza burger yang dapat mereka pesan menggunakan aplikasi.

Di Indonesia Prevalensi Status Gizi (IMT/U) Pada Remaja Umur 16-18 tahun Prevalensi Gemuk 9,5% Obesitas 4,0%, Berdasarkan Prevalensi Status Gizi (IMT/U) Pada Remaja Umur 16-18 Tahun Menurut, *Riskesdas 2018* di Provinsi bali gemuk yaitu 11,9 % dan Obesitas 5,6% Sedangkan Prevalensi Status Gizi

(IMT/U) Pada Umur 16-18 Tahun Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Bali, Riskesdas 2018 Di Kabupaten Tabanan Gemuk 18,95% Obesitas 13,57%.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan pada tanggal 04 maret 2021 yang dilakukan terhadap 10 siswa secara acak dari siswa kelas X dan IX di sekolah SMA Negeri 1 Kediri, didapatkan 3 Siswa yang mengalami obesitas dan 7 lainnya masih termasuk kategori gizi baik. Berdasarkan informasi yang didapat dari siswa SMA Negeri 1 Kediri. Dimana Faktor resiko yang menyebabkan obesitas adalah faktor perilaku yaitu pola makan yang tidak sehat ditambah dengan konsumsi serat mencukupi.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai Hubungan Pengetahuan gizi, pola Konsumsi Makanan Junk Food Terhadap kejadian Obesitas pada remaja di SMA Negeri 1 Kediri, yang merupakan salah satu sekolah yang banyak diminati oleh masyarakat dan letaknya berada di kota sehingga memudahkan masyarakat khususnya para siswa untuk mendapatkan junk food.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas dapat dirumuskan suatu masalah apakah ada Hubungan Pengetahuan gizi,pola konsumsi makanan junk food terhadap kejadian obesitas pada remaja di SMA 1 Kediri ?

C. Tujuan Penelitian

1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan pengetahuan gizi pola konsumsi makanan junk food terhadap kejadian obesitas pada remaja di SMA 1 Kediri

2 Tujuan khusus

- a. Menilai pengetahuan gizi remaja di SMA Negeri 1 Kediri
- b. Menilai pola konsumsi makanan junk food di SMA Negeri 1 Kediri.
- c. Menentukan kejadian obesitas pada remaja di SMA Negeri 1 Kediri
- d. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Negeri 1 Kediri
- e. Menganalisis hubungan pola Konsumsi makanan junk food dengan kejadian Obesitas di SMA Negeri 1 Kediri
- f. Menganalisis hubungan jenis konsumsi makanan junk food dengan kejadian Obesitas di SMA Negeri 1 Kediri
- g. Menganalisis hubungan jumlah konsumsi makanan junk food dengan kejadian Obesitas di SMA Negeri 1 Kediri
- h. Menganalisis hubungan frekuensi konsumsi makanan junk food dengan kejadian obesitas di SMA Negeri 1 Kediri

D. Manfaat

1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan wawasan dan informasi baru yang berkaitan dengan Hubungan pengetahuan gizi pola konsumsi makanan junk food terhadap kejadian obesitas pada remaja dan nantinya dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya.

2 Manfaat praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan informasi terhadap siswa tentang Hubungan pengetahuan gizi pola konsumsi makanan junk food terhadap kejadian obesitas pada remaja di SMA Negeri 1 Kediri.