

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pembangunan kesehatan sebagai pengembangan tenaga kerja yang produktif secara sosial dan ekonomi, meningkatkan dalam kesadaran, motivasi dan kemampuan hidup yang sehat pada semua orang untuk mencapai tingginya kesehatan masyarakat. (Undang-undang RI, 2009).

Masa remaja adalah saat transisi dari masa kanak menjadi masa dewasa. Pubertas dialami dengan pubertas dini pada usia 12-14 tahun, diikuti dengan pubertas pertengahan yang dialami pada usia 15-17 tahun, dan mengalami remaja akhir pada usia 18-21 tahun (Windasari, 2016). Banyak perbedaan cepat terjadi selama masa pubertas, termasuk pertumbuhan dan perilaku fisik, kognitif, dan psikososial. Puncak pertumbuhan adalah pubertas. Kebutuhan dalam gizi maupun pertumbuhan pada remaja sangat berpengaruh pada pertumbuhan. Masalah gizi seperti gizi kurang, gizi lebih dan obesitas dapat terjadi pada masa remaja (Irdiana, 2017). Remaja merupakan kelompok rawan gizi karena diadakan dalam tumbuh kembang yang membutuhkan jumlah zat gizi yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Selain itu, hal ini dapat mempengaruhi status gizi remaja, karena berubah gaya hidup pada remaja sehingga kebutuhan gizi dan energinya bertambah (Sutrio, 2017).

Terdapat masalah gizi yang dialami remaja diakibatkan oleh perilaku makanan pola gizi yang tidak baik, tidak seimbangnya asupan antara asupan makanan dengan kecukupan gizi yang ditetapkan. Mengonsumsi lebih dari yang Anda butuhkan dapat menyebabkan kekurangan gizi. Citra tubuh adalah persepsi individu tentang berat dan bentuk tubuh mereka. Remaja memandang body image sebagai hal yang penting, yang mempengaruhi upaya penanggulangan obesitas. Remaja yang kelebihan berat badan dan obesitas menunjukkan tingkat ketidakpuasan yang tinggi terhadap citra tubuh mereka. Semakin tinggi skor BMI/U-Z, semakin tidak puas orang tersebut dengan bentuk tubuhnya. (Marlina dan Ernalina, 2020).

Data Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi penyakit kurus dan sangat kurus di Indonesia sebesar 8,7% pada remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% pada remaja usia 16-18 tahun, sedangkan overweight pada usia 16 tahun dan prevalensi obesitas adalah 0%. 13,5% untuk remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% untuk remaja usia 16-18 tahun (Kemenkes, 2020). Angka obesitas Bali merupakan salah satu negara bagian yang lebih tinggi dari angka obesitas nasional (5,7%) yaitu 8,6%. Menurut data Provinsi Bali, Kota Denpasar memiliki angka kegemukan tertinggi pada kelompok usia 13-15 tahun sebesar 14,1%. (Saraswati, 2017).

Berdasarkan survei dasar UNICEF tahun 2017, kami menemukan perbedaan aktivitas fisik dan pola makan pada remaja. Banyak remaja menghabiskan waktu luangnya dengan kegiatan yang tidak aktif, dengan sepertiga mengonsumsi jajanan pabrik dan makanan yang olahan serta sepertiga mengonsumsi roti dan kue basah, gorengan, dan berbagai kerupuk (RI Health, 2020). Ketika remaja menjadi lebih terhubung ke internet, perubahan gaya hidup telah terjadi, memungkinkan mereka membuat pilihan yang lebih mandiri. Kemajuan dalam sains, teknologi, dan bisnis telah menciptakan lingkungan gaya hidup yang tidak banyak bergerak dan diet tinggi lemak dan kalori. Pemilihan tersebut berjalan tidak tepat dan secara tidak langsung menimbulkan masalah pada gizi. Meningkatnya jumlah obesitas disertai dengan perubahan pola makan remaja yang banyak lemak dan kolesterol serta rendah kandungan serat, seperti konsumsi makanan yang cepat saji dan minuman bersoda.

Kebiasaan makan khususnya kebiasaan makan junk food merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kejadian binge eating di kalangan remaja. Penelitian Jackson menunjukkan bahwa makan junk food meningkatkan kejadian obesitas pada remaja. Tentunya pola makan junk food remaja yang tinggi lemak jenuh dan gula serta rendah serat dan mikronutrien jauh dari konsep diet seimbang. Hal ini berdampak buruk pada kesehatan dan status gizi kaum muda (Jackson, 2005).

SMP Ganesha Denpasar Selatan merupakan SMP yang terletak di Jalan Batas Dukuh Sari No.42, Pedungan, Denpasar Selatan dimana terdapat gerai makanan disekitar SMP Ganesha Denpasar Selatan. Ada juga beberapa kafetaria di

sekitar sekolah yang menjual berbagai jenis makanan, serta warung makan. Area strategis untuk promosi pengadaan junk food yang berpengaruh terhadap perilaku konsumsi junk food siswa SMP Ganesha Denpasar Selatan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang maka yang menjadi rumusan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Gambaran Kejadian Obesitas Berdasarkan Pola Konsumsi *Junk Food* Pada Siswa SMP Ganesha Denpasar Selatan?”

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran kejadian obesitas berdasarkan pola konsumsi *junkfood* pada siswa SMP Ganesha Denpasar Selatan.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Menilai status gizi (obesitas) pada siswa SMP Ganesha Denpasar Selatan
- b. Menghitung pola konsumsi *junk food* pada siswa SMP Ganesha Denpasar Selatan

## **D. Manfaat**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan bagi pembaca terutama mengenai gambaran kejadian obesitas berdasarkan pola konsumsi *junk food* pada siswa SMP Ganesha Denpasar Selatan.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi, menambah wawasan kepada remaja dan masyarakat terkait bagaimana gambaran kejadian obesitas berdasarkan pola konsumsi *junk food* pada siswa, agar dapat sebagai salah satu acuan untuk mencegah dan menanggulangi terjadinya masalah gizi berkelanjutan.