

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah fase perkembangan sehingga dapat mencapai kematangan secara mental, emosional, sosial serta fisik. Masa remaja juga ditandai dengan kematangan fisiologis seperti pembesaran jaringan sampai organ tubuh, hal ini membuat remaja memerlukan kebutuhan nutrisi yang spesial (Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta I, 2010). Kelompok remaja memiliki keunikan gaya hidup remaja apabila dibandingkan dengan kelompok usia lain (Sulaeman, 2009). Salah satu permasalahan yang dihadapi oleh remaja yaitu permasalahan gizi lebih dan obesitas. Masalah gizi lebih dapat diketahui dengan melihat status gizinya (Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta I, 2010). Dilihat dari prevalensi obesitas sentral nasional penduduk umur ≥ 15 tahun meningkatkan secara signifikan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2007 prevalensi obesitas sentral yaitu 18,8%, kemudian di tahun 2013 menjadi 26,6%, dan di tahun 2018 adalah 31%. Sedangkan prevalensi obesitas sentral di Bali adalah 36% lebih tinggi dari prevalensi nasional (Riskesdas, 2018). Pemeriksaan obesitas pada tahun 2017 di Kabupaten Gianyar dengan sasaran yang dideteksi 212.789 penduduk usia 15 tahun keatas dengan prevalensi terendah di Puskesmas Gianyar I 2,38% dan tertinggi di Puskesmas Tampaksiring I 28,87 (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2017). Kemudian prevalensi pada remaja di SMAN 1 Tampaksiring ditemukan 2(8,3%) dari 24 remaja mengalami obesitas saat observasi awal.

Remaja melakukan berbagai upaya untuk menurunkan berat badan atau mempertahankan status gizi, salah satu upaya tersebut adalah dengan melewatkan sarapan (Hardinsyah, Aries M., 2012). Padahal, sarapan memiliki peranan penting bagi anak yang bersekolah. Sarapan dapat membantu dalam konsentrasi belajar disekolah sehingga, dapat mendukung prestasi belajar serta memenuhi kebutuhan gizi untuk aktifitas di sekolah (Arifin, Leo A., 2015). Dalam penelitian Widianti tahun 2012 menyatakan sebagian besar remaja di SMA Theresiana Semarang tidak makan secara teratur dan menunjukkan remaja yang melewatkan waktu makan (56,9%) (Widianti, 2012). Selanjutnya pada penelitian Irdiana mengemukakan sebanyak 31(38,8%) siswi di SMA SMAN 3 Surabaya selalu melakukan sarapan setiap hari namun, masih terdapat banyak siswi yang hanya kadang-kadang dan jarang melakukan sarapan (Irdiana dan Triska, 2017). Saat observasi awal sebanyak 24 siswa di SMAN 1 Tampaksiring didapatkan 7(29,17%) remaja jarang sarapan dan 8 (33,33%) remaja kadang-kadang sarapan serta 9 (37,5%) remaja sering sarapan.

Remaja banyak dipengaruhi oleh lingkungan serta perubahan gaya hidup yang menjadi lebih aktif, lebih banyak makan diluar rumah dan mendapat banyak pengaruh dalam pemilihan makanan. Remaja lebih sering mencoba makanan baru, salah satunya adalah *fast food* (Khomsan, 2004). Dari 71 siswa Tasikmalaya, yang menyatakan bahwa semakin tinggi konsumsi *fast food* maka status gizi semakin meningkat. Hal ini dikarenakan *fast food* merupakan makanan yang mengandung tinggi kalori, tinggi lemak dan rendah serat (Zulfa, 2011) Sebagian besar jenis makanan yang sering dikonsumsi oleh remaja SMA yaitu camilan (77,3%) dan *fast food* (94,7%). Sedangkan di SMAN 1 Tampaksiring 10 (41,7%) remaja

mengonsumsi *fast food* jarang dan 14 (58,3%) remaja kadang-kadang, dari 24 remaja semua dapat mengonsumsi *fast food*.

Berdasarkan uraian yang telah disebutkan diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan antara kebiasaan sarapan, pola konsumsi *fast food* dengan status gizi remaja di SMAN 1 Tampaksiring. SMA N 1 Tampaksiring terletak di wilayah desa pariwisata dan dekat dengan yang menyediakan menu *fast food* serta ditemukannya masalah ketika observasi awal. Lokasi ini dipilih karena di lokasi terdapat *fast food* yang beraneka ragam serta letak yang strategis sebagai pusat pariwisata dan mudah untuk dijangkau bagi penduduk yang ada disekitar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dapat disusun rumusan masalah yaitu apakah ada hubungan kebiasaan sarapan, pola konsumsi *fast food* dengan status gizi remaja SMAN 1 Tampaksiring?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya hubungan kebiasaan sarapan dan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi pada remaja SMAN 1 Tampaksiring

2. Tujuan Khusus

- a. Menentukan status gizi remaja SMAN 1 Tampaksiring
- b. Mengidentifikasi kebiasaan sarapan remaja SMAN 1 Tampaksiring
- c. Mengidentifikasi pola konsumsi *fast food* remaja SMAN 1 Tampaksiring

- d. Menganalisis hubungan kebiasaan sarapan dengan status gizi remaja SMAN 1 Tampaksiring
- e. Menganalisis hubungan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi remaja SMAN 1 Tampaksiring

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan kebiasaan sarapan dan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi remaja pada siswa SMA.

2. Manfaat teoristis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam ilmu pengetahuan terutama pengetahuan mengenai hubungan kebiasaan sarapan dan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi remaja siswa SMA dan dapat digunakan referensi bagi penelitian selanjutnya.