

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan tahap tumbuh kembang yang luar biasa secara fisiologis, psikologis, dan sosial. Tahap ini dinyatakan dalam kecepatan pertumbuhan yang mencapai puncaknya, tingkah laku yang semakin mandiri, dan upaya untuk menunjukkan kemampuan dalam menjalankan peranan orang dewasa. Tiga tahap perkembangan remaja diantaranya remaja tahap awal adalah remaja berumur 10-12 tahun, remaja tahap madya adalah remaja yang berumur 13-15 tahun dan remaja tahap akhir adalah remaja berumur 16-19 tahun (Sarwono, 2011). Laju pertumbuhan dan kebutuhan gizi antara laki-laki dan perempuan mulai berbeda (Almatsier, Soetarjo, & Soekatri, 2011). Pada masa remaja terjadi banyak perubahan yang dapat berlangsung cepat seperti pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial atau tingkah laku. Tahap periode terjadi puncak pertumbuhan yaitu pada masa remaja. Puncak pertumbuhan akan memengaruhi perubahan komposisi tubuh, pertumbuhan yang pesat pada berat badan masa tulang, dan aktifitas fisik, sehingga memengaruhi kebutuhan gizi pada remaja (Irdian, Nindya, 2017).

Status gizi remaja sangat penting untuk menunjang tumbuh kembang. Status gizi yang optimal akan membentuk remaja yang sehat dan produktif. Permasalahan yang muncul adalah gizi kurang dan lebih. Gizi kurang dapat mengakibatkan penurunan prestasi akademik dan mengakibatkan gangguan sistem reproduksi yang berdampak buruk di kemudian hari (Zuhdy, 2015).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 secara nasional, prevalensi kurus pada remaja 13-15 tahun menurut IMT/U adalah 11,1% serta masalah kegemukan sebesar 10,8%. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013 di kota Denpasar, prevalensi kurus remaja umur 13-15 tahun menurut IMT/U adalah 2,0% serta masalah kegemukan sebesar 12,0%. Berdasarkan hasil PSG Provinsi Bali di Kota Denpasar tahun 2017, prevalensi kurus 5,6%, serta masalah kegemukan 33,3%. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi kurus pada remaja 13-15 tahun adalah 8,7% serta prevalensi kegemukan sebesar 16,0%.

Kebiasaan makan merupakan salah satu faktor terjadinya gizi lebih pada remaja terutama kebiasaan makan *junk food*. Penelitian yang dilakukan oleh Jackson menunjukkan bahwa konsumsi *junk food* meningkatkan kejadian obesitas pada remaja. Pola makan *junk food* pada remaja yang tinggi lemak jenuh dan gula tetapi rendah serat dan gizi mikro tentu saja jauh dari konsep gizi seimbang. Hal ini akan berdampak negatif terhadap kesehatan dan status gizi remaja (Jackson, 2005).

SMP Negeri 3 Sukawati merupakan SMP yang terletak di Batubulan Kangin, Kec. Sukawati, Kab. Gianyar dimana terdapat gerai makanan disekitar SMP Negeri 3 Sukawati. Selain itu, di sekitaran sekolah terdapat beberapa kantin yang menjual berbagai jenis makanan dan juga terdapat warung-warung makanan. Kawasan yang strategis sehingga memudahkan untuk memperoleh makanan *junk food* dimana hal ini berpengaruh terhadap pola konsumsi *junk food* pada siswa di SMP Negeri 3 Sukawati, Kab. Gianyar.

Berdasarkan uraian diatas penulis ingin mengetahui tentang pola konsumsi *junk food* dan status gizi anak SMP melalui penelitian dengan judul : Pola Konsumsi *Junk Food* dan Status Gizi Siswa SMPN 3 Sukawati Kabupaten Gianyar.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian yaitu “Bagaimana pola konsumsi *junk food* dan status gizi siswa SMPN 3 Sukawati Kabupaten Gianyar”.

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pola konsumsi *junk food* dan status gizi siswa SMPN 3 Sukawati Kabupaten Gianyar.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pola konsumsi *junk food* siswa SMPN 3 Sukawati Kabupaten Gianyar.
- b. Menilai status gizi siswa SMPN 3 Sukawati Kabupaten Gianyar.
- c. Melihat gambaran keterkaitan pola konsumsi *junk food* dengan status gizi siswa SMPN 3 Sukawati Kabupaten Gianyar.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin luas bagi peneliti selanjutnya dan juga memperoleh pengalaman dan melakukan penelitian Pola Konsumsi *Junk Food* dan Status Gizi Siswa SMPN 3 Sukawati Kabupaten Gianyar.

## 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi, pengetahuan dan menambah wawasan masyarakat tentang Pola Konsumsi *Junk Food* dan Status Gizi Siswa SMPN 3 Sukawati Kabupaten Gianyar.