

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembangunan kesehatan nasional diarahkan guna tercapainya masyarakat dengan tersealisasinya kesadaran, kemauan, dan kemampuan untuk hidup sehat bagi setiap penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Program pendidikan kesehatan dan gizi pada anak sekolah merupakan salah satu cara untuk memperoleh pendidikan yang lebih luas. Pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang dengan adanya peningkatan pengetahuan maka diharapkan akan terjadi perubahan yang lebih baik terhadap gizi dan kesehatan (Oktaviani dan Wahini, 2016)

Seiring dengan perkembangan zaman, angka obesitas semakin meningkat. Kegemukan dan obesitas terjadi akibat asupan energi lebih tinggi daripada energi yang dikeluarkan. Asupan energi tinggi disebabkan oleh konsumsi makanan sumber energi dan lemak tinggi, sedangkan pengeluaran energi yang rendah disebabkan karena kurangnya aktivitas fisik dan *sedentary life style*. *Sedentary life style* salah satunya adalah kebiasaan makan *junk food*. Penelitian yang dilakukan oleh Jackson menunjukkan bahwa konsumsi junk food meningkatkan kejadian obesitas pada anak-anak. Pola makan junk food pada anak 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 anak (Ayu Aprilia, 2015).

Junk food dideskripsikan sebagai makanan yang tidak sehat atau memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang. *Junk food* umumnya banyak mengandung gula, tepung, lemak trans, lemak jenuh, garam serta zat pengawet atau pewarna, tetapi sedikit mengandung vitamin dan serat. Makanan dari restoran cepat saji, seperti hamburger, ayam goreng dan kentang goreng sering dianggap sebagai *junk food*. Faktor yang menyebabkan anak gemar mengonsumsi *junk*

food adalah gaya hidup, lingkungan sosial, iklan di televisi, dan kurangnya pengetahuan tentang bahaya *junk food*

Menurut Purwanto (2019), lingkungan sosial adalah setiap orang atau individu lain yang saling mempengaruhi dalam kehidupan sehari-hari. Lingkungan sosial yang mempengaruhi frekuensi konsumsi *junk food* adalah lingkungan keluarga, lingkungan teman sebaya, dan lingkungan sekolah. Lingkungan yang rendah pengetahuan mengenai makanan disertai dengan pola makan yang berlebih dapat menimbulkan kejadian gizi lebih.

Perilaku makan yang salah tampak saat ini yaitu munculnya anggapan bahwa mengonsumsi makanan cepat saji merupakan sebuah tren di kalangan anak-anak. Penelitian yang dilakukan oleh Sjarif (2015) menunjukkan prevalensi gizi lebih atau kegemukan pada anak-anak usia sekolah terjadi di 10 kota besar di Indonesia sebesar 5%, dengan prevalensi terdapat di Jakarta (25%), Semarang (24,3%), Medan (17,75%), Palembang (13,2%), Denpasar (11,7%), Surabaya (11,4%), Padang (7,1%), Manado (5,3%), Yogyakarta (4,1%), Solo (2,1%). Rata-rata prevalensi di 10 kota besar tersebut mencapai 12,2%

Berdasarkan data dari RISKESDAS tahun 2013 secara nasional masalah kelebihan berat badan pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8. Subjek pada penelitian Fendy (2019) sebanyak 130 anak. Empat puluh empat (33,8%) dari 130 anak menderita obesitas dan 86 anak (66,2%) tidak menderita obesitas. Kelompok anak yang sering mengonsumsi *junk food* lebih banyak (66,9%) dibandingkan dengan kelompok anak yang jarang mengonsumsi *junk food* (33,1%)

Mengonsumsi *junk food* tentunya berbahaya bagi kesehatan, karena ditengah perkembangan makanan cepat saji, terdapat kecurangan produsen dalam menghasilkan makanan cepat saji sehingga hal tersebutlah yang dapat membahayakan konsumen makanan cepat saji. Oleh karena itu seseorang perlu memiliki kemampuan dalam melakukan pemilihan makanan cepat saji sesuai selera namun dengan syarat kesehatan.

Umur anak-anak kurang menyadari bahwa konsumsi *junk food* memiliki dampak negatif bagi kesehatan tubuh, resiko gangguan kesehatan dari *junk food* tersebut dapat diperoleh dari segi makanan itu sendiri yang memiliki kalori cukup tinggi namun rendah zat gizi lain serta kandungan bahan tambahan makanan yang digunakan. Disamping itu, penyajian *junk food* dapat dikonsumsi langsung ditempat atau disajikan dalam kemasan. Namun biasanya, anak-anak lebih menyukai *junk food* yang di kemas dalam kemasan untuk kepraktisan, padahal kemasan yang digunakan sebagai pengemas juga perlu diwaspadai sebagai resiko dari makanan yang disajikan dengan cara dikemas.

Junk food biasanya merupakan penyebab utama anak-anak malas makan makertia memiliki kalori yang cukup tinggi sehingga selalu merasa kenyang, namun kandungan nutrisi lainnya terbatas. Kandungan kalori yang cukup tinggi merupakan salah satu faktor penyebab obesitas. Selain itu, makanan cepat saji menyebabkan anak-anak kekurangan zat gizi lainnya seperti protein, vitamin, dan serat karena kandungannya yang rendah (Muwakhilda, 2008). Bahan tambahan pangan yang terkandung pada makanan juga merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan karena pada umumnya *junk food* mengandnyng zat-zat tambahan makanan seperti pemanis, pewarna, pengawet dan penguat rasa (Ramayulis,dkk,2008). Penggunaan bahan tambahan makanan dalam produk pangan memang lazim dilakukan. Namun penggunaan bahan yang dilarang sebagai bahan tambahan makanan seperti menambahkan bahan kimia berbahaya pada makanan atau penggunaan bahan tambahan pangan secara berlebihan sehingga melampaui ambang batas maksimal tidak dibenarkan.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin menelusuri apa hasil dari kajian pustaka mengenai lingkungan sosial, pemilihan makanan cepat saji dan frekuensi konsumsi *junk food* pada anak obesitas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat dirumuskan permasalahannya yaitu “Bagaimana lingkungan sosial, pemilihan makanan cepat saji dan frekuensi konsumsi *junk food* pada anak obesitas berdasarkan kajian atas artikel ilmiah yang sudah dipublikasikan?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum :

Menelaah hasil penelitian tentang lingkungan Sosial , pemilihan makanan cepat saji dan frekuensi konsumsi *junk food* pada anak obesitas

2. Tujuan Khusus :

- a. Mengkaji artikel penelitian yang membahas lingkungan sosial anak obesitas
- b. Mengkaji artikel penelitian yang membahas pemilihan makanan cepat saji anak obesitas
- c. Mengkaji artikel penelitian yang membahas frekuensi konsumsi *junk food* anak obesitas

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian literatur ini dapat digunakan sebagai masukan atau informasi tambahan untuk penambah wawasan dan ilmu pengetahuan khususnya pada lingkungan sosial, pemilihan makanan cepat saji dan frekuensi konsumsi *junk food* pada anak obesitas.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa , penelitian literatur ini dapat dijadikan sumber informasi serta menambah wawasan
- b. Bagi masyarakat, penelitian literatur ini dapat dijadikan sumber informasi dan edukasi
- c. Bagi peneliti, penelitian literatur ini dapat dijadikan sarana pembelajaran , pengembangan ilmu pengetahuan yang telah didapat selama perkuliahan.

