BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kelebihan zat gizi atau sering disebut obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak terjadi di zaman modern ini karena prevalensi kejadian setiap tahunnya semakin meningkat. Meningkatnya kejadian obesitas tidak hanya terjadi di negara-negara yang berpenghasilan tinggi, tetapi juga terjadi pada negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, terutama di daerah perkotaan. Kejadian obesitas meningkat hampir tiga kali lipat sejak tahun 1975 hingga tahun 2016. Lebih dari 124 juta anak-anak dan remaja berusia 5 – 19 tahun (6% perempuan dan 8% laki-laki) mengalami obesitas pada tahun 2016. Prevalensi *overweight* dan obesitas di kalangan anak-anak dan remaja berusia 5 – 19 tahun meningkat secara drastis dari hanya 4% pada tahun 1975 menjadi lebih dari 18% pada tahun 2016 (WHO, 2017).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi obesitas di Indonesia terus meningkat. Tahun 2007 prevalensi obesitas sebanyak 10,5% dan di tahun 2013 sebanyak 14,8% dan terus mengalami peningkatan di tahun 2018 mencapai 21,8% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan Laporan Hasil PSG dan PKG tahun 2017, prevalensi gemuk pada anak usia sekolah dan remaja di Provinsi Bali yaitu pada kelompok umur 13 - 15 tahun mencapai angka 21,9%; sedangkan pada kelompok umur 16 - 18 tahun prevalensi gemuk meningkat menjadi 26,3%. Prevalensi gemuk di Kabupaten Tabanan pada kelompok umur 16 - 18 tahun mencapai angka 31,3% (Pusat Kajian Gizi dan Kesehatan, 2017).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun (Permenkes, 2014).

Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan penduduk Indonesia kurang mengonsumsi sayur dan buah dalam sehari sebanyak 95,5%. Hasil Riskesdas 2018 di Provinsi Bali menunjukkan penduduk kurang mengonsumsi sayur dan buah sebesar 93,5% (Riskesdas, 2018).

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Pariwisata Triatma Jaya Tabanan merupakan SMK yang terletak di Jalan By Pass Dr. Ir. Soekarno, Kediri, Tabanan, Bali merupakan institusi pendidikan yang dimana siswanya termasuk kelompok remaja pada umumnya. Dari hasil pengamatan peneliti di lingkungan SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan masih banyak siswa mengonsumsi makanan ringan/camilan, dan kurang lebih 500 meter dari area sekolah tersebut terdapat penjual makanan *fast food* sehingga memudahkan siswa untuk memperoleh makanan *fast food* dan cenderung kurang mengonsumsi sayur dan buah.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kejadian obesitas berdasarkan pengetahuan gizi seimbang dan pola konsumsi sayur buah pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, adapun masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana hubungan kejadian obesitas berdasarkan pengetahuan gizi seimbang dan pola konsumsi sayur buah pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kejadian obesitas berdasarkan pengetahuan gizi seimbang dan pola konsumsi sayur buah pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan.

2. Tujuan khusus

a. Menilai pengetahuan gizi seimbang pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan.
b. Mengidentifikasi pola konsumsi sayur buah pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan.
c. Mengindentifikasi kejadian obesitas pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan.
d. Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dengan pola konsumsi sayur buah pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan.
e. Menganalisis hubungan antara pola konsumsi sayur buah dengan kejadian obesitas pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan penulis tentang hubungan antara kejadian obesitas berdasarkan pengetahuan gizi seimbang dan pola konsumsi sayur buah pada remaja.

b. Bagi institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan, sebagai salah satu bahan kepustakaan serta dapat dijadikan dasar penelitian lebih lanjut tentang hubungan kejadian obesitas berdasarkan pengetahuan gizi seimbang dan pola konsumsi sayur buah pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat pada umumnya dan khususnya pada remaja di SMK Pariwisata Triatma Jaya Tabanan dalam menerapkan germas dengan mengonsumsi sayur dan buah yang berhubungan dengan gizi seimbang guna mencegah terjadinya obesitas dan mendukung program pemerintah dalam hal ini Kementerian Kesehatan mengenai mengonsumsi sayur dan buah setiap hari.