

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Era globalisasi membawa kehidupan manusia ke dalam gerbang modernisasi yang membawa dampak pada perkembangan zaman dan teknologi yang pesat, sehingga mampu menciptakan kondisi yang konsumeristik dan menghasilkan *trend* atau gaya hidup baru. Perubahan gaya hidup masyarakat inilah yang mendasari perubahan pola makan. Sebagai contoh, gaya hidup masyarakat masa kini adalah senang mengkonsumsi makanan yang siap saji atau lebih memilih makanan instan yang biasa dikenal dengan istilah *fast food*. Gaya hidup kota yang serba praktis memungkinkan masyarakat modern sulit untuk menghindar dari *fast food* (Adriani, 2012).

Di Amerika sebanyak 55% orang mengkonsumsi aneka cemilan *fast food* dan sebanyak 25% warga AS makan di resto cepat saji setiap hari Sebuah *survey* juga menunjukkan bahwa 96% anak sekolah AS mengenal dan mengkonsumsi *fast food* (Marlen, 2011). Robert dan Williams (2005), dalam Sari (2008), mengatakan kebiasaan makan dan pilihan makana dikalangan remaja ternyata lebih kompleks dan di pengaruhi oleh banyak faktor seperti fisik, sosial, lingkungan budaya pengaruh lingkungan sekitar (teman, keluarga dan media)

serta psikososial. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh "*Health Education Authority*", usia 15-34 tahun adalah konsumen terbanyak yang memilih menu *fast food*.

Perubahan pola hidup mengubah pola makan anak dan remaja Indonesia. Pada masa sekarang ini, anak dan remaja lebih menyukai berbagai *fast food*. Makanan *fast food* memiliki daya pikat, terjangkau, cepat dalam penyajian, praktis, serta umumnya memenuhi selera. Namun, *fast food* merupakan makanan tinggi kalori, lemak, gula dan sodium (Na), dan rendah serat, vitamin A, asam askorbat, kalsium, dan folat. Kandungan gizi yang tidak seimbang ini apabila dikonsumsi berlebihan akan menimbulkan masalah gizi, dan merupakan faktor resiko berat badan lebih atau obesitas serta penyakit degeneratif seperti diabetes (kencing manis), hipertensi (tekanan darah tinggi), jantung, penyakit kantong empedu, beberapa jenis kanker, gangguan fungsi pernapasan dan berbagai gangguan kulit. Makanan tersebut umumnya diproduksi oleh industri pengolahan pangan dengan teknologi tinggi dan memberikan berbagai zat adiktif untuk mengawetkan dan memberikan cita rasa bagi produk tersebut. *Fast food* biasanya berupa lauk pauk dalam kemasan, mie instan, *nugget*, *fried chicken*, *hamburger*, *pizza* atau juga *corn flakes* sebagai makanan untuk sarapan. Mudah-mudahan memperoleh *fast food* di pasaran memang memudahkan tersedianya variasi pangan sesuai selera dan daya beli. Selain itu, pengolahan dan penyiapannya lebih mudah dan cepat, cocok bagi mereka yang selalu sibuk (Devi, 2012).

Selain mudah disajikan makanan *Fast Food* umumnya mempunyai cita rasa yang gurih dan umumnya disukai, terutama oleh anak-anak usia sekolah. Masalah lain yang jadi fenomena di masyarakat adalah tersedianya berbagai jajanan yang dikemas dapat dipastikan “kaya” zat adiktif (Republika, 2003).

Penelitian Wijaya (2005), menunjukkan bahwa dari 177 mahasiswa di Surabaya 98,3% menyatakan pernah makan di restoran *fast food* dengan frekuensi kunjungan 2-5 kali dalam satu bulan. Penelitian Susanti (2008) mengatakan sebanyak 66,7% remaja terbiasa membeli *fast food* lebih dari tiga kali dalam seminggu dan makanan tradisional satu kali dalam seminggu. Hasil penelitian juga menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap terhadap *fast food* dengan kebiasaan konsumsi *fast food*.

Penelitian lain dilakukan Nurtini (2010), menunjukkan hasil bahwa ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel penelitian, dapat dilihat dari pengetahuan konsumsi makanan siswa dalam kategori baik sebesar 78,4%. Sebagian besar siswa (72,5%) menyatakan tidak setuju terhadap *fast food* dan sebagian besar siswa (84,3%) memilih makanan jenis tidak lengkap.

Berdasarkan survei pendahuluan terhadap 10 orang siswa dan siswi SMA N 3 Padang, peneliti mendapatkan hasil yaitu banyaknya siswa yang menghabiskan waktunya di tempat-tempat yang menyediakan makanan dan minuman cepat saji untuk berkumpul bersama teman-teman sekolah mereka. Bahkan ada siswa yang hanya pergi makan sepulang sekolah dan memilih makan di tempat yang menjual makanan siap saji dan dari 10 orang tersebut 5 orang

mengatakan mengetahui kandungan gizi dalam makanan cepat saji, 3 orang lagi mengatakan tahu bahaya mengkonsumsi makanan cepat saji jika dikonsumsi secara berlebihan, serta 2 orang lagi mengatakan kurang mengetahui efek samping jika mengkonsumsi makanan cepat saji terus menerus.

Dari data diatas peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian terhadap permasalahan tersebut yang diberi judul : “gambaran perilaku mengkonsumsi makanan *fast food* pada remaja di SMA N 3 padang tahun 2016”

## B. Penetapan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas yang menjadi pokok permasalahan adalah “bagaimana gambaran perilaku mengkonsumsi makanan *fast food* pada remaja di SMA N 3 PADANG”

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran perilaku mengkonsumsi makanan *fast food* pada remaja di SMA N 3 Padang.

### 2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan tentang *fast food* pada remaja di SMA N 3 Padang.
- b) Mengetahui distribusi frekuensi perilaku mengkonsumsi *fast food* pada remaja di SMA N 3 Padang.

- c) Mengetahui distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan dan perilaku mengkonsumsi *fast food* pada remaja di SMA N 3 Padang.

#### D. Manfaat Penelitian

Setelah penulis melakukan penelitian ini. Penulis berharap penelitian penulis menghasilkan beberapa manfaat, diantaranya adalah sebagai berikut :

1) Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai perilaku remaja dalam mengkonsumsi makanan *fast food* dengan berbagai dampaknya serta sebagai literatur tambahan bagi institusi.

2) Bagi peneliti

Sebagai sarana dalam aplikasi ilmu pengetahuan yang telah didapatkan dari institusi pendidikan selama proses pendidikan.

3) Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat sebagai masukan dan sumber informasi bagi remaja tentang adanya dampak mengkonsumsi makanan *fast food*.

