

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas saat ini merupakan permasalahan yang mendunia. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah mendeklarasikan obesitas sebagai epidemik global.⁽¹⁾ Obesitas masalah yang cukup merisaukan di kalangan remaja. Pada remaja putri, kegemukan menjadi permasalahan yang cukup berat, karena keinginan untuk tampil sempurna yang seringkali diartikan dengan memiliki tubuh ramping dan proporsional, merupakan idaman bagi mereka.⁽²⁾

Remaja dengan obesitas pada sepanjang hidupnya mempunyai resiko lebih tinggi untuk menderita sejumlah masalah kesehatan yang serius seperti diabetes, penyakit jantung, stroke, dan hipertensi. Obesitas terutama disebabkan oleh faktor lingkungan. Pengaruh faktor lingkungan terutama terjadi melalui ketidakseimbangan antara pola makan dan perilaku makan. Hal ini terutama berkaitan dengan perubahan gaya hidup.⁽³⁾

Prevalensi obesitas di banyak negara, baik di negara industri maupun di negara berkembang terus meningkat dari tahun ke tahun. Prevalensi obesitas pada anak usia 6-18 tahun di Amerika Serikat dalam tiga dekade terakhir meningkat dari 7,6-10,8% menjadi 13-14%.⁽⁴⁾ Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar, prevalensi obesitas di Indonesia mengalami kenaikan dari 26% menjadi 35% dan pada remaja usia 16-18 tahun mengalami kenaikan dari 1,4% (2007) menjadi 7,3% (2013) tentang obesitas. Sumatera Barat termasuk kedalam 15 provinsi yang memiliki prevalensi obesitas di atas angka nasional.⁽⁵⁾ Prevalensi kegemukan pada remaja berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, adalah sebesar 6,5%. Berdasarkan

data dari Dinas Kesehatan Kota Padang, obesitas pada remaja termasuk dalam 10 penyakit terbanyak pada remaja Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kota Padang dengan prevalensi sebesar 10,3% pada tahun 2012-2013, melebihi prevalensi nasional yaitu sebesar 10%. Hal ini menunjukkan bahwa masalah obesitas meningkat dalam beberapa tahun terakhir terutama pada kelompok remaja.⁽⁶⁾

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi dan perubahan kebiasaan makan pada remaja adalah pengetahuan gizi yang rendah dan terlihat pada kebiasaan makan yang salah. Pengetahuan dan praktek gizi remaja yang rendah tercermin dari perilaku menyimpang dalam kebiasaan memilih makanan. Remaja yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan lebih mampu memilih makanan sesuai dengan kebutuhannya.⁽⁷⁾

Perilaku gizi seimbang terdiri dari tiga komponen yaitu pengetahuan, sikap, dan tindakan gizi seimbang. Faktor pengetahuan gizi mempengaruhi terjadinya obesitas, pengetahuan tentang pengaturan makanan, cara pengolahan makanan dan kandungan gizi dalam bahan makanan sangat mempengaruhi asupan makan seseorang dan memberikan risiko yang sangat besar terjadinya obesitas.⁽⁸⁾

Kebiasaan makan *junk food* merupakan salah satu faktor terjadinya 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. Kebiasaan tersebut cenderung dilakukan oleh remaja yang memiliki status sosial ekonomi yang tinggi. Peningkatan daya beli para orang tua cenderung memanjakan anak-anak mereka dengan *junk food*. Ketersediaan *junk food* dan kemudahan akses untuk mendapatkannya memberikan pengaruh besar terhadap kebiasaan makan *junk food* pada remaja.⁽⁹⁾

Siswa termasuk golongan remaja yang rentan terhadap gizi. Siswa sangat jarang sarapan dengan alasan kesiangan atau buru-buru. Jadi remaja lebih memilih *junk food* karena kelebihan yaitu penyajian cepat sehingga hemat waktu dan dapat dihidangkan kapan dan dimana saja, tempat saji dan penyajian yang higienis, dianggap makanan bergengsi, makanan modern, juga makanan gaul bagi remaja. Makanan cepat saji yang dimaksud adalah jenis makanan yang dikemas, mudah disajikan, praktis, atau diolah dengan cara sederhana.⁽¹⁰⁾

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya ada hubungan antara genetik⁽¹¹⁾, pola makan⁽³⁾, sosial ekonomi⁽¹²⁾, keterpaparan media⁽¹³⁾, hormon⁽¹⁴⁾, aktivitas fisik⁽¹⁵⁾, psikologi⁽¹⁶⁾, jenis kelamin⁽¹⁷⁾, pengetahuan gizi⁽¹⁸⁾ dan konsumsi *junk food*⁽¹⁹⁾ dan hormon dengan kejadian obesitas. Hal ini membuktikan bahwa faktor diatas berpengaruh dengan kejadian obesitas.

Berdasarkan data yang diterima dari Dinas Kesehatan Kota Padang terdapat 3 sekolah dengan tingkat obesitas tertinggi pada tahun 2017 yaitu SMAN 6 Padang, SMAN 9 Padang dan SMA Pertiwi Padang.⁽⁶⁾ Penelitian dilakukan di SMAN 9 Padang dengan jumlah siswa di sekolah tersebut sebanyak 615 siswa di tahun ajaran 2017/2018. Berdasarkan hasil pengambilan data awal pada bulan Februari 2018 di SMAN 9 Padang yang berjumlah 10 siswa, diketahui sebanyak 6 anak mempunyai status gizi dengan kategori *overweight* dan obesitas dan sebanyak 4 anak mempunyai status gizi dengan kategori gizi normal dan kurus.

Hasil survey yang di lakukan kepada 10 siswa SMAN 9 masing-masing memiliki jawaban yang hampir sama. Dari 6 remaja dengan *overweight* dan obesitas mengatakan mereka lebih senang mengkonsumsi *junk food* daripada mengkonsumsi makanan yang bergizi dan mengandung banyak serat. *Junk food* dinilai memiliki rasa yang enak, mudah ditemui dan harganya sangat terjangkau sehingga menjadi

makanan yang wajib di konsumsi setiap hari. Bahkan restoran *junk food* menggunakan jasa *delivery* sehingga lebih mudah bagi remaja untuk mengkonsumsinya.

Sesuai dengan kejadian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan Gizi dan Konsumsi *Junk Food* dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMAN 9 Padang Tahun 2018”.

1.2 Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *junk food* dengan kejadian obesitas pada remaja di SMAN 9 Padang.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk diketahuinya hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *junk food* dengan kejadian obesitas pada remaja di SMAN 9 Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahuinya distribusi frekuensi obesitas pada remaja di SMAN 9 Padang.
2. Diketahuinya distribusi frekuensi pengetahuan gizi pada remaja di SMAN 9 Padang.
3. Diketahuinya distribusi frekuensi konsumsi *junk food* pada remaja di SMAN 9 Padang.
4. Diketahuinya distribusi asupan energi berdasarkan konsumsi *junk food* pada remaja di SMAN 9 Padang.

5. Diketuainya distribusi frekuensi aktivitas fisik pada remaja di SMAN 9 Padang.
6. Diketuainya hubungan pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas pada remaja di SMAN 9 Padang.
7. Diketuainya hubungan konsumsi *junk food* dengan kejadian obesitas pada remaja di SMAN 9 Padang.
8. Diketuainya hubungan antara pengetahuan gizi dengan obesitas pada remaja di SMAN 9 Padang setelah di control dengan faktor *confounding* aktivitas fisik.
9. Diketuainya hubungan antara konsumsi *junk food* dengan obesitas pada remaja di SMAN 9 Padang setelah di control dengan faktor *confounding* aktivitas fisik.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengalaman tentang hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *junk food* pada remaja di SMAN 9 Padang serta mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan selama mengikuti kegiatan perkuliahan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

2. Bagi SMAN 9 Padang

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan yang positif bagi Sekolah yang bersangkutan seperti staff pendidik dan pengajar atau guru agar lebih memperhatikan status gizi siswanya.

3. Bagi Fakultas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pertimbangan bahan penelitian selanjutnya, terutama bagi mahasiswa/i Fakultas Kesehatan Masyarakat Unand yang meneliti tentang hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *junk food* pada remaja di SMAN 9 Padang.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian payung yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, konsumsi *junk food*, pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja di SMAN 9 Padang tahun 2018. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Cross sectional*. Sampel diambil secara *Simple Random Sampling*. Adapun responden pada penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMAN 9 Padang. Penelitian ini dimulai pada bulan Januari 2018 sampai Juni 2018. Penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder.

