

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kebiasaan mengonsumsi makanan adalah bentuk ekspresi setiap individu untuk memilih, menentukan, dan mengonsumsi makanan yang nantinya akan berpengaruh pada pembentukan pola perilaku makan. Bentuk ekspresi yang ditunjukkan setiap individu akan berbeda satu sama lain dalam pemilihan makanan, baik saat anak-anak, remaja, dewasa, dan lanjut usia. Salah satu kebiasaan makan yang banyak dilakukan adalah mengonsumsi *fast food* secara berlebihan.⁽¹⁾

Fast food adalah makanan yang penyajiannya tidak membutuhkan waktu lama, praktis, dan biasanya mengandung lemak yang tinggi dan rendah akan serat.⁽²⁾ Pemilihan konsumsi *fast food* semakin beragam seiring dengan kemajuan teknologi dan globalisasi. Hal ini juga berdampak pada remaja yang suka mengikuti tren yang ada terutama makanan *fast food*.⁽³⁾ Berdasarkan penelitian oleh *Health Education Authority* tahun 2012, konsumen yang mendominasi pilihan menu *fast food* adalah kelompok usia 15-34 tahun. *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 menyebutkan bahwa terdapat sebanyak 80% remaja di dunia mengonsumsi *fast food* dengan frekuensi yang sering dimana 15% mengonsumsi *fast food* saat jam makan pagi, 50% diantaranya saat jam makan siang, 15% lainnya saat jam makan malam.⁽³⁾ Kemudian hasil survei Annur melalui Katadata *Insight Center* (KIC) pada 31 Januari – 9 Februari 2023 yang dilakukan terhadap 629 responden di daerah Jawa non-DKI Jakarta menunjukkan bahwa dalam sepekan sebagian besar masyarakat Indonesia mengonsumsi *fast food* lebih dari satu kali.⁽⁴⁾

Pada saat ini, terdapat banyak remaja yang gemar mengonsumsi *fast food*. Periode remaja adalah masa kehidupan antara anak-anak dan dewasa yaitu pada usia

10 hingga 18 tahun.⁽⁵⁾ Pada periode ini terjadi perkembangan yang signifikan terutama pada fisik, kognitif, dan psikososial. Hal inilah yang akan mengakibatkan perbedaan cara berpikir, bertindak, dan berinteraksi remaja dengan lingkungan sekitarnya.⁽⁶⁾ Pemilihan makanan pada saat remaja tidak lagi didasarkan pada nutrisi yang terkandung di dalamnya. Remaja memilih makanan untuk dapat bersosialisasi, berinteraksi, bersenang-senang, dan menunjukkan status sosial.⁽⁷⁾ Di kota-kota besar, sekelompok remaja lebih memilih makan dan menghabiskan waktu di restoran *fast food* dibanding makan di tempat lainnya.⁽⁸⁾

Fast food dijadikan opsi pemilihan makanan karena mempunyai beberapa keunggulan diantaranya penyajian yang cepat, praktis, dan memiliki tempat serta penyajian yang higienis. Namun di samping keunggulannya terdapat dampak negatif yang muncul jika mengonsumsi *fast food* secara terus menerus dan dalam jangka waktu yang panjang. Kandungan pada *fast food* dapat menjadi tumpukan lemak di dalam tubuh dan menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti gizi lebih, obesitas, kanker, dan masalah kesehatan lainnya.⁽²⁾ Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pamela (2018) kebiasaan mengonsumsi *fast food* dapat meningkatkan kejadian obesitas. Remaja yang sering mengonsumsi *fast food* dengan energi total yang tinggi berisiko 2,27 kali lebih besar mengalami obesitas dibanding remaja yang jarang mengonsumsi *fast food*.⁽⁹⁾

Menurut data dari WHO tahun 2016, terdapat 340 juta bahkan lebih anak-anak dan remaja pada rentang usia 5-19 tahun yang mengalami gizi lebih dan obesitas.⁽¹⁰⁾ Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, prevalensi nasional remaja gizi lebih dan obesitas pada kelompok usia 16-18 tahun kian mengalami peningkatan dari tahun 2013 yaitu 7,3% menjadi 13,5% pada tahun 2018.^(11,12) Prevalensi nasional remaja gizi lebih dan obesitas pada kelompok usia 16-

18 tahun hampir sama tingginya dengan kasus gizi lebih di Provinsi Sumatera Barat. Prevalensi gizi lebih dan obesitas pada remaja kelompok umur 16-18 tahun di Sumatera Barat adalah sebesar 11,5%, dengan prevalensi gemuk sebesar 7,8% dan prevalensi obesitas sebesar 3,7%.⁽¹²⁾

Kota Padang sebagai ibukota Sumatera Barat juga menjadi salah satu penyumbang angka prevalensi gizi lebih dan obesitas yang tinggi terutama pada remaja di Provinsi Sumatera Barat. Menurut data penjarangan siswa baru Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2023, dari 16.356 siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kota Padang terdapat 585 (3,58%) remaja dengan gizi lebih dan obesitas.⁽¹³⁾ Remaja dengan gizi lebih dan obesitas di Kota Padang tersebar di beberapa wilayah kerja puskesmas. Jumlah remaja dengan gizi lebih dan obesitas tertinggi terdapat di wilayah kerja Puskesmas Ambacang yaitu sebanyak 139 siswa yang tersebar di beberapa sekolah.

Pada wilayah kerja Puskesmas Ambacang, Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 1 Padang menempati urutan kedua tertinggi kasus gizi lebih dan obesitas setelah SMK Negeri 1 Sumatera Barat. Walaupun demikian, SMK Negeri 1 Padang memiliki tingkat perilaku beresiko jajan sembarangan dua kali lipat lebih tinggi dibanding SMK Negeri 1 Sumatera Barat. Dari 479 siswa SMK Negeri 1 Padang terdapat 341 siswa (71,2%) yang memiliki perilaku beresiko jajan sembarangan. Hal ini menyebabkan SMK Negeri 1 Padang menempati urutan pertama dengan jumlah perilaku beresiko jajan sembarangan tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Ambacang.⁽¹⁴⁾

Menurut WHO (1988), perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh empat faktor utama, yaitu pemikiran dan perasaan (*thoughts and feeling*), orang penting sebagai referensi (*personal reference*), sumber-sumber daya (*resources*), dan budaya

(*culture*).⁽¹⁵⁾ Perilaku konsumsi *fast food* dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap yang dimiliki oleh remaja. Pengetahuan dapat mempengaruhi sikap seseorang dan sikap yang akan menentukan bagaimana perilaku dan pola konsumsi seseorang.⁽¹⁶⁾ Menurut penelitian Susanti dan Indrawati (2023) terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan dan sikap terhadap perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMA Negeri 2 Tuban dengan *p-value* 0,000.⁽¹⁷⁾ Penelitian pada siswa SMA Cerdas Bangsa Kabupaten Deli Serdang menunjukkan sebagian siswa mengetahui bahaya *fast food* yang dapat menyebabkan berbagai penyakit, namun hal itu kerap kali diabaikan.⁽³⁾

Selanjutnya, perilaku konsumsi *fast food* pada remaja dapat dipengaruhi oleh uang saku yang dimilikinya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2023) salah satu faktor remaja sangat gemar mengonsumsi *fast food* adalah harga makanan yang tidak terlalu mahal dan sesuai dengan uang saku remaja.⁽¹⁸⁾ Tak hanya itu, menurut temuan Samingan dan Octaviani (2020) siswa yang memiliki uang saku besar mempunyai kecenderungan 3,2 kali lebih besar untuk mengonsumsi *fast food*.⁽¹⁹⁾

Kemudian, perilaku konsumsi *fast food* juga dapat dipengaruhi oleh orang-orang yang dianggap penting, seperti orang tua, guru, teman, idola, dan sebagainya. Seseorang akan cenderung mendengarkan dan mencontoh perilaku seseorang yang dianggap penting untuk dirinya.⁽¹⁵⁾ Penelitian di SMA Negeri 64 Jakarta (2020) menunjukkan adanya hubungan bermakna antara dukungan orang tua dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa. Tak hanya itu siswa yang mendapatkan dukungan dari orang tua untuk mengonsumsi *fast food*, lebih besar 1,9 kali berperilaku mengonsumsi *fast food*.⁽²⁰⁾ Selain dari dukungan orang tua, perilaku seseorang juga dapat dipengaruhi dengan teman sebayanya. Penelitian yang dilakukan Suhada (2019) menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya

terhadap konsumsi makanan *fast food* pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda.⁽²¹⁾

Faktor lainnya yang dapat berpengaruh pada perilaku konsumsi *fast food* di kalangan remaja adalah paparan media melalui berbagai konten kuliner. Salah satu konten kuliner yang populer di kalangan remaja adalah video *mukbang* yang merupakan siaran menyantap makanan yang berasal dari Korea Selatan.^(22,23) Umumnya, makanan yang terdapat pada video *mukbang* seringkali kurang memperhatikan kandungan gizi, tinggi akan kalori, gula, lemak, dan natrium. *Fast food* adalah salah satu jenis makanan yang sering ditampilkan dalam konten *mukbang*.⁽²²⁾ Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fayasari, dkk (2022) perilaku menonton video *mukbang* dapat meningkatkan preferensi makan terhadap sumber protein dan *fast food*.⁽²⁴⁾ Penelitian Ardiantoro (2023) juga menunjukkan bahwa kelompok mahasiswa penggemar konten video *mukbang* memiliki angka *emotional eating* yang lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa non penggemar *mukbang*. Konsumsi energi pada penggemar *mukbang* sebagian besar dalam kategori lebih yaitu sebanyak 40%.⁽²⁵⁾

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti melalui wawancara singkat pada sepuluh siswa di SMK Negeri 1 Padang, sebanyak 100% mengetahui bahaya mengonsumsi *fast food* dan lebih memilih mengonsumsi *fast food* dibanding makanan lainnya. 100% dari total siswa yang disurvei juga mengonsumsi *fast food* setiap minggunya. 70% siswa mendapatkan dukungan untuk mengonsumsi *fast food* dari orang tuanya. 90% siswa mengonsumsi *fast food* karena terpengaruh oleh teman sebayanya. 70% siswa memiliki uang saku yang besar. Selain itu, 60% siswa mengaku ingin mengonsumsi *fast food* setelah menonton konten *mukbang* di media sosial.

Hal tersebut menunjukkan banyaknya siswa yang suka mengonsumsi *fast food*, sehingga peneliti berasumsi bahwa perilaku konsumsi *fast food* dipengaruhi oleh

beberapa faktor seperti, pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, pengaruh teman sebaya, uang saku, dan kebiasaan menonton *mukbang* di media sosial. Berdasarkan uraian di atas, perlu diketahui dan diteliti lebih jauh mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan angka gizi lebih dan obesitas pada remaja di Kota Padang, SMK Negeri 1 Padang menempati urutan tertinggi nomor dua dalam menyumbangkan angka gizi lebih dan obesitas pada remaja kelompok umur 16-18 tahun di Kota Padang. Selain itu, siswa SMK Negeri 1 Padang memiliki tingkat perilaku beresiko jajan sembarangan tertinggi diantara SMA/ sederajat lainnya di Kota Padang. Maka dari itu peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu faktor apa saja yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketuinya distribusi frekuensi pengetahuan siswa SMK Negeri 1 Padang terkait konsumsi *fast food*.
2. Diketuinya distribusi frekuensi sikap siswa SMK Negeri 1 Padang terkait konsumsi *fast food*.
3. Diketuinya distribusi frekuensi dukungan orang tua terkait konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.

4. Diketuainya distribusi frekuensi pengaruh teman sebaya terkait konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.
5. Diketuainya distribusi frekuensi uang saku siswa SMK Negeri 1 Padang.
6. Diketuainya distribusi frekuensi kebiasaan menonton *mukbang* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.
7. Diketuainya distribusi frekuensi perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.
8. Diketuainya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.
9. Diketuainya hubungan antara sikap dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.
10. Diketuainya hubungan antara dukungan orang tua dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.
11. Diketuainya hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.
12. Diketuainya hubungan antara uang saku dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.
13. Diketuainya hubungan antara kebiasaan menonton *mukbang* dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.
14. Diketuainya faktor yang paling dominan berhubungan dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan bagi remaja dan masyarakat dalam memperhatikan pola konsumsi makanan yang sehat dan dapat dijadikan sebagai bahan bacaan untuk peneliti selanjutnya dengan topik penelitian terkait.

1.4.2 Manfaat Akademis

Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas, Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bacaan dan referensi untuk peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *fast food* pada remaja.

1.4.3 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah dan memperluas pengetahuan mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *fast food* pada remaja, serta dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan selama perkuliahan di Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

2. Bagi Dinas Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan dan bahan kajian bagi Dinas Pendidikan dalam menciptakan strategi untuk mewujudkan siswa yang unggul, aktif, dan kreatif melalui penerapan perilaku hidup sehat.

3. Bagi SMK Negeri 1 Padang

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi SMK Negeri 1 Padang dalam mengambil kebijakan terutama pada penerapan perilaku hidup sehat melalui konsumsi makanan bergizi pada siswa.

4. Bagi Siswa

Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini dapat dijadikan masukan dan menambah pengetahuan mengenai pentingnya menjaga pola makan yang baik dan menjaga status gizi di usia remaja.

1.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2023 sampai April 2024 dan bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *fast food* pada siswa SMK Negeri 1 Padang dengan menggunakan teori determinan perilaku kesehatan dari WHO. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMK Negeri 1 Padang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportional random sampling* yang berjumlah 99 sampel. Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner yang sudah diuji validitas dan reliabilitas oleh peneliti. Pengumpulan data primer dilakukan untuk mendapatkan data pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, pengaruh teman sebaya, uang saku, kebiasaan menonton *mukbang*, dan perilaku konsumsi *fast food*. Pengumpulan data tersebut dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Sedangkan data sekunder dari penelitian ini adalah jumlah siswa-siswi yang ada di SMK Negeri 1 Padang yang diperoleh dari arsip data sekolah, dan laporan dari WHO, kementerian kesehatan, serta dinas terkait. Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi variabel independen dan dependen. Variabel

independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, pengaruh teman sebaya, uang saku dan kebiasaan menonton *mukbang*. Sedangkan variabel dependen yang digunakan adalah perilaku konsumsi *fast food*. Analisis uji statistik yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis univariat (*descriptive statistics*), analisis bivariat (*chi-square*), dan analisis multivariat (regresi logistik ganda).

