

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Perubahan zaman dan dinamika arus globalisasi yang cepat mendorong interaksi budaya antar negara. Interaksi tersebut menghasilkan banyaknya *western culture* dengan mudah dapat berasimilasi dengan budaya lokal, salah satunya yaitu *western fast food*.¹ *Western fast food* adalah *fast food* yang sebagian besar berasal dari Amerika Serikat dengan berbagai merek seperti *Kentucky Fried Chicken* (KFC), *McDonald's*, *Pizza Hut* dan lainnya.²

Penyebaran konsumsi *fast food* yang cepat disebabkan oleh gaya hidup yang berbeda antara masa lalu dan kini. Saat ini dikenal dua gaya utama dalam ritme kehidupan manusia yaitu *rush style* dan *sedentary style*. *Rush style* identik dengan orang-orang yang sibuk dan tidak mempunyai waktu tambahan dalam menjalankan pekerjaan dan kehidupan rumah secara bersamaan. Mereka bahkan tidak mempunyai waktu untuk memasak baik untuk diri sendiri maupun keluarga.³

Gaya hidup lain, *sedentary style* ditandai dengan orang yang suka menghabiskan banyak waktu untuk sesuatu hal atau tidak melakukan apapun dalam artian malas. Mereka cenderung menghabiskan banyak waktu di depan TV atau komputer baik untuk menonton atau sekedar bermain *games*. Hal inilah yang menjadikan *fast food* sebagai solusi paling mudah dan tercepat untuk memenuhi konsumsi dalam dua gaya ritme kehidupan manusia tersebut.³

Saat ini industri *fast food* semakin berkembang di Indonesia dan terjadi peningkatan *outlet-outlet* baru. Pada tahun 2014 terdapat 5.934 *outlets fast food* dengan rata-rata penjualan per *outlet* 278.277,72 dollar AS. Dan di tahun 2019 diperkirakan terjadi peningkatan menjadi 8.080 *outlets* dengan rata-rata penjualan per *outlet* 364.047,03 dollar AS.⁴

Perkembangan industri *fast food* berdampak pada peningkatan konsumsi *fast food* di Indonesia. Berdasarkan penelitian *Nusaresearch's* tahun 2014 terdapat gambaran pola konsumsi *fast food* di Indonesia. Pada penelitian tersebut didapatkan hasil 55,9% responden memilih *fast food* berdasarkan butuh *simple*

food, 38,7% responden dengan waktu konsumsi jam 12.00-15.00 (Senin-Jumat) dan frekuensi konsumsi tertinggi 33% responden sebanyak 2–3 kali/bulan.⁵

Frekuensi konsumsi *fast food* yang sering akan menimbulkan berbagai masalah kesehatan akibat kandungan yang terdapat didalamnya. Lemak jenuh yang tinggi pada *fast food* dapat meningkatkan berat badan dan kolesterol darah sehingga menjadi risiko terjadinya aterosklerosis, penyakit jantung koroner (PJK) dan stroke. Di samping itu, diabetes melitus juga dapat diakibatkan oleh tingginya kadar gula dan *simple carbohydrates* pada *fast food*.³

Fast food dan tingginya kadar natrium didalamnya dapat menyebabkan hipertensi yang apabila tidak serius ditangani dapat mengakibatkan gangguan ginjal. Selain itu, rendahnya serat pada *fast food* juga dapat menyebabkan konstipasi.³ Walaupun terdapat pengaruh buruk dari konsumsinya, popularitas *fast food* tetap tinggi.⁶ Popularitas tersebut karena *fast food* memiliki rasa yang enak dan berbeda akibat kandungan *monosodium glutamate* (MSG) yang memperkuat dan menambah rasa makanan.³

Popularitas *western fast food* di kalangan konsumen Indonesia semakin meningkat terutama di kalangan anak muda. Kebiasaan orang Indonesia yang lebih suka makan nasi agar kenyang telah bergeser menjadi makanan barat seperti *french fries* dan *burger* pada konsumen anak muda.⁴

Remaja sebagai periode penting dan kritis dalam hidup manusia mengalami banyak perubahan baik fisik maupun mental.⁷ Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun sedangkan menurut WHO, remaja berada di rentang usia 10 hingga 19 tahun.⁸

Tren mengonsumsi *fast food* dikalangan remaja menjadikan remaja berisiko tinggi mengalami dampak mengonsumsi *fast food* tersebut, padahal kebiasaan makan pada remaja akan berpengaruh pada kondisi tubuhnya.⁹ Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang kurang beraktivitas fisik seperti menonton TV, bermain komputer, *games* atau menggunakan internet >4 jam sehari lebih cenderung mengonsumsi makanan manis dan sedikit buah dibandingkan dengan yang menghabiskan waktu <2 jam sehari. Hal ini justru memperburuk kesehatan pada remaja yang juga mengonsumsi *fast food*.⁷ Seperti

terjadinya peningkatan berat badan, obesitas, dan kenaikan tekanan darah pada remaja.

Pada penelitian Shah T, Purohit G, Nair SP, Patel B, Rawal Y, dan Shah RM, tentang hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dengan IMT, terdapat hubungan yang bermakna antara peningkatan frekuensi konsumsi *fast food* dengan IMT ($p= 0.000001$).¹⁰ Penelitian lain pada remaja di Indonesia, 31 remaja obes (kelompok kasus) dan 31 remaja tidak obes (kelompok kontrol) dengan konsumsi <3 kali/minggu atau ≥ 3 kali/minggu didapatkan hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja ($p = 0,000$) dengan nilai *odd ratio* sebesar 6,00.¹¹

Hipertensi juga memiliki hubungan dengan frekuensi konsumsi *fast food* seperti penelitian Mihrete, K konsumsi *fast food* berkaitan dengan konsumsi natrium melebihi asupan harian yang direkomendasikan AHA/American Heart Association yaitu kurang dari 1.500 mg/hari. Penelitian tersebut juga memperlihatkan terdapat korelasi antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan hipertensi pada pekerja kantoran ($r= 0,40$).¹²

Saat ini hipertensi pada anak dan remaja juga meningkat karena epidemi obesitas, terutama akibat peningkatan IMT.¹³ Peningkatan IMT tersebut berkorelasi dengan peningkatan tekanan darah dan prevalensi hipertensi pada beberapa penelitian. Penelitian pada anak dengan IMT di atas persentil ke-85 mempunyai risiko 4 sampai 5 kali lebih besar tekanan darah tinggi dan meningkat pada anak dengan IMT di atas persentil ke-90 dengan risiko 6 kali peningkatan tekanan darah.¹⁴ Dalam hasil studi lain diperkirakan terjadi kenaikan prevalensi hipertensi dari 3% menjadi 14% untuk anak berat badan normal dan 11% sampai 30% untuk anak dengan obesitas.¹⁴

SMAN 10 Padang merupakan salah satu sekolah favorit di Kota Padang. Sekolah ini berada di pusat kota dan dekat dengan berbagai macam restoran *fast food*. Jumlah siswa/i kelas X yang bersekolah di SMAN 10 Padang adalah 307 orang. Siswa/i kelas X berada pada masa peralihan remaja menuju dewasa, sehingga cocok untuk dijadikan sampel pada penelitian ini.

Pada penelitian pendahuluan terhadap 36 orang siswa/i kelas X SMAN 10 Padang didapatkan hasil 100% siswa/i pernah mengonsumsi *fast food* dengan

frekuensi yang beragam. Beberapa *western fast food* yang dikonsumsi serta frekuensi waktu konsumsi tertinggi disetiap kategorinya yaitu *fried chicken* 31,42% 2x/minggu, *burger* 42,85% 1-2x/bulan, *french fries* 54,83% 1-2x/bulan, *nugget* 45,45% 1-2x/bulan, *pizza* 51,85% 1-2x/bulan, dan *sphagetti* 55,55% 1-2x/bulan.¹⁵

Untuk faktor dan alasan konsumsi *fast food* pada siswa/i SMAN 10 adalah 19,83% memilih faktor rasa enak, 16,52% akibat diajak teman, 13,22% memilih karena kemudahan dalam pemesanan secara *online*, 10,74% akibat diajak orangtua, 9,91% memilih faktor tempat/restoran yang bagus dan 7,43% akibat restoran *fast food* dekat dengan sekolah.¹⁵

Berdasarkan uraian di atas maka kami ingin melakukan penelitian tentang hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan IMT dan tekanan darah pada siswa-siswi kelas X SMAN 10 Padang.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan IMT dan tekanan darah pada siswa-siswi kelas X SMAN 10 Padang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan IMT dan tekanan darah pada siswa-siswi kelas X SMAN 10 Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran frekuensi konsumsi *western fast food* siswa-siswi kelas X SMAN 10 Padang.
2. Mengetahui gambaran IMT siswa-siswi kelas X SMAN 10 Padang.
3. Mengetahui gambaran tekanan darah siswa-siswi kelas X SMAN 10 Padang.
4. Mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan IMT pada siswa-siswi kelas X SMAN 10 Padang.
5. Mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan tekanan darah sistolik pada siswa-siswi kelas X SMAN 10 Padang.

6. Mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan tekanan darah diastolik pada siswa-siswi kelas X SMAN 10 Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Memperkuat dasar ilmiah mengenai hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan IMT dan tekanan darah.

1.4.2 Manfaat Klinis

Membantu klinis dalam memberikan tambahan informasi kepada masyarakat mengenai hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan IMT dan tekanan darah.

1.4.3 Manfaat bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan IMT dan tekanan darah.

