

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pencapaian indeks pembangunan manusia di dunia tidak terlepas dari peningkatan kualitas kesehatan. Pada saat ini masih banyak masalah gizi yang dapat mempengaruhi kualitas kesehatan, salah satunya adalah masalah kegemukan/obesitas (Diana et al., 2013). Obesitas ialah sebuah kondisi kronis yang diakibatkan karena konsumsi kalori berlebihan, obesitas dapat ditandai dengan adanya penumpukan lemak dalam tubuh yang sangat tinggi (Wie & Siddik, 2022). World Health Organization (WHO) menyatakan ketika Indeks Massa Tubuh (IMT) lebih dari 30 dianggap sebagai kondisi obesitas (Pratama, 2023).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan No. 25 tahun 2014 bahwa remaja merupakan kelompok usia 10 sampai 18 tahun. Remaja yang mengalami kegemukan berisiko 80% mengalami kegemukan pula pada saat dewasa (Meidiana et al., 2018). Gizi lebih atau obesitas pada remaja menimbulkan masalah khusus karena pada usia remaja yaitu usia 10-18 tahun merupakan periode rentan gizi yang memerlukan zat gizi lebih tinggi akibat adanya peningkatan pertumbuhan fisik, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan yang berubah (Kansra et al., 2021).

Hasil Riskesdas menunjukkan prevalensi gizi lebih/obesitas pada remaja (16-18 tahun) meningkat dari 7,3% pada tahun 2013 menjadi 13,5% pada tahun 2018. Peningkatan prevalensi obesitas juga dialami di Provinsi Riau berdasarkan hasil Riskesdas 2013 dan 2018 Provinsi Riau mengalami peningkatan dari 3,1% menjadi 11,6%. Hal ini menunjukkan peran gaya hidup dan modernisasi sebagai faktor penting terhadap munculnya fenomena obesitas. Berdasarkan Riskesdas KORWIL I tahun 2018 di daerah Kota Pekanbaru, prevalensi obesitas menurut IMT/U terdapat 6,80% remaja obesitas usia 13-15 tahun dan 4,87% remaja obesitas pada usia 16-18 tahun (Kemenkes RI, 2018). Data Riskesdas 2018 menunjukkan 1 dari 5 anak atau sekitar 7,6 juta anak di Indonesia mengalami obesitas (Kemenkes RI, 2018). Sementara berdasarkan RPJMN 2020-2024 target penurunan obesitas di Indonesia ialah sebesar 21,8%. Hal inilah yang

menyebabkan salah satu tantangan pada bidang kesehatan masyarakat di Indonesia saat ini adalah masalah obesitas (Colozza & Padmita, 2019).

Penyebab obesitas pada remaja bersifat multifaktorial, diantaranya faktor genetik/keturunan, faktor lingkungan (pola makan dan aktivitas fisik), faktor obat-obatan dan hormonal. Pada remaja diperkotaan peningkatan obesitas disebabkan oleh peningkatan frekuensi konsumsi *fast food*. Perkembangan teknologi dan keadaan sosial ekonomi mengakibatkan perubahan pola makan seseorang dari pola makan tradisional menjadi pola makan barat seperti makanan cepat saji (*fast food*) yang banyak mengandung kalori, lemak, dan kolesterol (Damopoli et al., 2013).

Makanan cepat saji atau *fast food* adalah jenis makanan yang mudah dikemas, mudah penyajiannya, praktis, diolah dengan proses yang sederhana, serta siap disantap dalam waktu yang relatif cepat. Makanan tersebut umumnya diproduksi dengan teknologi tinggi serta banyak mengandung kalori, lemak, garam, dan gula namun rendah akan kandungan serat, vitamin, asam korbat, kalsium dan folat. Pola makan dengan konsumsi tinggi kalori, lemak, garam, dan gula, dan rendah serat seperti *fast food* dapat menimbulkan ketidakseimbangan asupan gizi, hal inilah yang menjadi salah satu faktor resiko terhadap munculnya obesitas (Rafiony et al., 2015).

Konsumsi *fast food* pada remaja dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya ialah sosial ekonomi keluarga. Hal ini dapat dilihat dari pendidikan, pekerjaan orang tua, pendapatan orang tua dan besaran uang jajan anak. Semakin baik pekerjaan orang tua, maka kondisi ekonomi rumah tangga juga lebih baik. Pendidikan orang tua juga turut mempengaruhi makanan yang dikonsumsi oleh anaknya, termasuk konsumsi *fast food* (Mirkarimi et al., 2016). Remaja yang memiliki orang tua dengan status sosial ekonomi yang sejahtera lebih banyak mengkonsumsi *fast food* (Halid & Sudargo, 2018). Keluarga yang memiliki kebiasaan konsumsi *fast food* cenderung kesulitan merubah perilaku makan, karena ketersediaan makanan *fast food* dirumah dan kebiasaan orang tua dalam mengonsumsi *fast food*. Orang tua yang bekerja terkadang tidak sempat menyiapkan makanan di rumah karena kesibukan mengakibatkan remaja menjadikan *fast food* sebagai makanan alternatif (Anwar, 2016). Kondisi ini akan

mempengaruhi konsumsi makanan, termasuk konsumsi *fast food* (Rahman et al., 2016).

Orang tua dapat menjadi panutan anak dalam hal perilaku makan. Orang tua yang tidak mencontohkan perilaku makan yang baik, maka anak cenderung akan mengikuti perilaku tersebut (Samingan et al., 2021). Konsumsi pangan juga dipengaruhi oleh pendapatan orang tua. Pendapatan orang tua juga menjadi salah satu penyebab kejadian kelebihan berat badan karena orang tua dengan penghasilan tinggi cenderung memberikan uang saku lebih besar kepada anaknya (Setyobudi et al., 2021). Penelitian pada remaja putri di Semarang memperoleh hasil adanya hubungan signifikan antara besarnya uang saku dengan konsumsi *fast food*. Semakin besar uang saku yang didapatkan remaja maka semakin memudahkan remaja untuk membeli *fast food* (Imtihani & Noer, 2013).

Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap pola konsumsi makanan jenis *fast food*. Kepadatan energi yang tinggi, rendah kalsium, vitamin C, vitamin A, serat, tinggi kalori dan tinggi kolesterol pada makanan cepat saji mempengaruhi sistem kontrol nafsu makan pada manusia untuk selalu mengonsumsinya sehingga dapat menyebabkan obesitas dan akan berpeluang menimbulkan penyakit degeneratif seperti penyakit kardiovaskular, diabetes mellitus, kanker payudara, kanker usus besar, osteoarthritis (Kemenkes RI, 2022).

SMA Negeri 5 Pekanbaru merupakan salah satu sekolah di Kota Pekanbaru yang berlokasi di jalan Bawal No. 43, Kec, Marpoyan Damai yang terletak di pusat kota Pekanbaru. Berkembangnya pembangunan dan perdagangan serta pusat perbelanjaan modern seperti mal dan café tempat nongkrong anak remaja, menyebabkan banyaknya penjual yang menyajikan *fast food* yang dapat berisiko menyebabkan obesitas (Restuastuti et al., 2016). Hasil penelitian sebelumnya di SMA 5 Pekanbaru dari 52 orang yang mengalami obesitas, 44 orang diantaranya mengalami obesitas tingkat berat (Septiani, 2022). Hasil survei pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember tahun 2023 di SMA Negeri 5 Pekanbaru dari data antropometri siswa kelas X dan XI diperoleh jumlah siswa kelebihan berat badan dengan $IMT \geq 27 \text{ kg/m}^2$ sebanyak 57 orang. SMA Negeri 5 Pekanbaru memiliki beberapa kantin yang menjual berbagai macam makanan dan

minuman cepat saji seperti mie instan, nasi goreng, gorengan, minuman *soft drink*, bakso, sosis, nugget, kebab, sandwich, roti bakar, siomay dan masih banyak lagi.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui gambaran sosial ekonomi dan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Negeri 5 Pekanbaru.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini ialah “Bagaimanakah gambaran sosial ekonomi dan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Negeri 5 Pekanbaru?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran sosial ekonomi dan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Negeri 5 Pekanbaru.

1.3.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah:

1. Mengetahui gambaran sosial ekonomi meliputi pendidikan orang tua, sumber penghasilan keluarga, dan besar uang saku remaja obesitas di SMA Negeri 5 Pekanbaru.
2. Mengetahui gambaran konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Negeri 5 Pekanbaru.

1.4. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup pada penelitian ini adalah membahas mengenai gambaran sosial ekonomi yang meliputi pendidikan orang tua, sumber penghasilan keluarga, besar uang saku, dan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Negeri 5 Pekanbaru.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Ilmiah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan untuk memberikan landasan bagi para peneliti lain dalam melakukan penelitian lain yang sejenis dalam rangka meningkatkan kemampuan memecahkan masalah.

1.5.2. Manfaat Praktisi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru dalam meningkatkan penyuluhan atau penyampaian informasi kepada sekolah-sekolah khususnya remaja guna meningkatkan pencegahan obesitas melalui sosialisasi upaya pencegahan obesitas pada remaja sehingga masalah gizi lebih tidak semakin meningkat dikalangan remaja.