

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Masalah gizi masih merupakan masalah utama kesehatan di Indonesia. Pada era globalisasi Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Status gizi merupakan salah satu tolak ukur sebuah negara dapat dikatakan sebagai negara maju atau berkembang. Sebagai negara berkembang, kasus gizi kurang telah lama ada di Indonesia, tetapi dengan berubahnya pola konsumsi, kemajuan ekonomi, disertai dengan kurangnya pengetahuan gizi menyebabkan semakin meningkatnya angka gizi lebih di Indonesia (Almatsier, 2010).

WHO (*World Health Organization*) menyatakan bahwa lebih dari 1,9 miliar orang dewasa (39%) di dunia pada tahun 2014 tergolong gemuk dan 600 juta (13%) diantaranya bahkan obesitas (WHO, 2014).

Meningkatnya angka overweight dan obesitas secara global diseluruh dunia dianggap akibat dari beberapa faktor antara lain peningkatan makanan padat energi, tinggi lemak, dan gula namun rendah vitamin dan mineral. Mengonsumsi energi yang berlebihan akan diubah menjadi lemak dalam tubuh (Almatsier, 2010).

Di dunia, lebih dari 1,9 miliar orang mengalami kelebihan berat badan, 31,6% mengalami obesitas dan 39% diantaranya remaja (WHO, 2014). Obesitas terjadi karena tidak seimbangnya energi antara kalori yang dikonsumsi dengan kalori yang digunakan. Penyebab ketidakseimbangan ini disebabkan karena peningkatan asupan makanan berenergi dengan kandungan lemak yang tinggi (WHO, 2015).

Prevalensi obesitas di negara maju secara dramatis meningkat tidak hanya pada orang dewasa tetapi juga pada anak-anak dan remaja. Di Jerman, 17% remaja berusia 14 sampai 17 tahun mengalami kelebihan berat badan dan hampir 9% mengalami obesitas (Rauner et al, 2013). Berdasarkan hasil survey nasional di Amerika Serikat menunjukkan bahwa angka kejadian obesitas pada remaja usia 12-19 tahun mengalami peningkatan dari 18,1% di tahun 2007-2008 dan menjadi 18,4% di tahun 2009-2010 (*National Center for Health Statistic [NCHS], 2011*).

Ada tren peningkatan proporsi obesitas pada orang dewasa sejak tahun 2007 sebagai berikut 10,5% (Risikesdas 2007), 14,8% (Risikesdas 2013) dan 21,8% (Risikesdas 2018). Prevalensi gizi lebih di Indonesia berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi status gizi atau obesitas usia 16-18 tahun adalah sebesar 4,62% laki-laki dan perempuan 3,38%.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018, dari 34 provinsi proporsi gizi lebih atau obesitas terlihat paling rendah di provinsi Nusa Tenggara Timur yaitu 19,3% dan paling tinggi di provinsi Sulawesi Utara yaitu 42,5%. Dan Sumatera Utara berada pada tingkat ke-6 tertinggi (Risikesdas, 2018).

Prevalensi kegemukan dan obesitas pada usia 5-19 tahun meningkat secara dramatis dari 4% pada 1975 menjadi 18% pada 2016. Remaja yang menderita obesitas hanya 1% pada 1975. Lebih dari 124 juta remaja menderita obesitas, yaitu 6% pada perempuan dan 8% pada laki-laki pada 2016 (WHO, 2017).

Faktor yang menyebabkan mengalami gizi lebih salah satunya adalah pola konsumsi makanan yang terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan energi

yang dikonsumsi dengan energi yang digunakan. Pola konsumsi makanan yang salah sering terjadi pada anak sekolah karena anaksekolah menyukai jajanan yang tinggi lemak dan tinggi gula. Kebiasaan seperti itu yang dapat menyebabkan obesitas. Makanan jajanan yang mengandung lemak tinggi, tinggi gula, dan tinggi garam seperti coklat, keripik, kue, dan pastry dapat berkontribusi terjadinya obesitas. Hal ini akan berisiko terhadap kejadian penyakit degeneratif seperti hipertensi, hiperkolesterol, stroke, atau jantung koroner (Steiner, *et al.*, 2012).

Pada survey pendahulu yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya di SMK Swasa Pharmaca Medan Tahun 2019 dengan melakukan pengukuran padasiswa kelas X dan XI pada bulan Maret 2019 laki-laki dan perempuan, menunjukkan bahwa dari 18 siswa, ada sebanyak 3 siswa laki-laki berusia 18 tahun 2 bulan yang memiliki status gizi obesitas. Sebanyak 4 orang siswa perempuan berusia 18 tahun 3 bulan yang memiliki status gizi obesitas. Sebanyak 4 orang siswa laki-laki berusia 17 tahun 1 bulan yang memiliki status gizi overweight. Sebanyak 5 orang siswa perempuan berusia 18 tahun 4 bulan yang memiliki status gizi overweight, sebanyak 1 orang siswa laki-laki yang berumur 18 tahun 7 bulan memiliki status gizi kurus dan sebanyak 1 orang siswa perempuan yang berumur 18 tahun 9 bulan memiliki status gizi kurus.

Dari hasil penelitian (Leli Sopiah,dkk,2021), remaja di Kelurahan Bunut Kecamatan Kisaran Barat yang menderita obesitas memiliki tingkat konsumsi kalori yang lebih besar dari 61 orang remaja terdapat satu gizi obesitas sebanyak 53 remaja (86,8%). Diketahui juga bahwa seluruh remaja yang menderita obesitas memiliki tingkat konsumsi protein yang lebih dari 62 orang remaja terdapat status gizi obesitas sebanyak 51 remaja (82,8%). Remaja yang mengalami obesitas

memiliki konsumsi kalori dan protein yang tinggi. Remaja di Kelurahan Bunut Barat banyak mengonsumsi makanan tinggi kalori dan protein. Makanan yang dikonsumsi remaja berupa bakso, mie bakso, burger, mie ayam.

Konsumsi makanan jajanan merupakan faktor risiko paling dominan yang memengaruhi obesitas pada remaja pengguna smartphone di Madrasah Aliyah Negeri Binjai. Remaja yang memiliki konsumsi makanan jajanan tidak baik berpeluang 95% untuk mengalami obesitas dibandingkan remaja yang memiliki konsumsi makanan jajanan baik (Rani Suraya, 2018).

Makanan halal dan thayyib dapat ditinjau dari aspek bahasa dan istilah. Dari segi bahasa, makanan berasal dari kata *tha'am*, *aklun*, dan *ghidha'un* yang berarti mencicipi sesuatu. Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia makanan adalah segala bentuk yang dapat dicicipi dan dikonsumsi, seperti kue-kue, lauk pauk dan sebagainya. Sedangkan halal berasal dari kata *halla yahillu hallan wa halalan* memiliki arti diizinkan, dibolehkan dan dihalalkan, yang mana telah disebutkan dalam Alqur'an yang artinya "Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezekikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya" (QS. Al-Maidah : 88).

Berdasarkan observasi awal pendahuluan terhadap 10 siswa-siswi, diketahui bahwa 3 orang siswa/i mengalami obesitas, 3 orang siswa/i normal dan 4 orang siswa/i mengalami overweight. Hal ini dipengaruhi karena kebanyakan siswa-siswi di SMA Swasta Eria Medan lebih memilih atau membeli makanan jajanan yang ada di sekolah cepat. Dan dari hasil responden yang sering mengonsumsi makanan jajanan selama disekolahh terdapat 8 responden (>3 kali seminggu) mengonsumsi

makanan jajanan. Sedangkan 2 responden jarang mengkonsumsi makanan jajanan (<3 kali seminggu). Siswa/i seringkali mengkonsumsi makanan jajanan seperti, fried chicken, kentang goreng, bakso, mie ayam dan aneka gorengan serta minuman bersoda seperti fanta dan sprite. Hal tersebut disebabkan karena makanan jajanan mengandung banyak kalori, garam, lemak dan banyak lagi zat makanan yang kurang baik untuk kesehatan.

Berdasarkan latar belakang dan temuan diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian terkait “Hubungan Konsumsi Jajanan Dengan Tingkat *Overnutrition* di SMA Swasta Eria Medan”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah peneliti sebagai berikut: yaitu “Bagaimana Hubungan Konsumsi Jajanan Dengan Tingkat *Overnutrition* di SMA Swasta Eria Medan”.

1.3 Tujuan penelitian

- 1.3.1** Mengidentifikasi Pola Konsumsi Jajanan di SMA Swasta Eria Medan
- 1.3.2** Mengidentifikasi tingkat *Overnutrition* di SMA Swasta Eria Medan.
- 1.3.3** Mengetahui hubungan Pola Konsumsi Jajanan terhadap tingkat *Overnutrition* di SMA Swasta Eria Medan.

1.4 Manfaat penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1.4.1 Sarjana Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai informasi juga sebagai sumber referensi tambahan mengenai hubungan Pola Konsumsi Jajanan terhadap tingkat *Overnutrition* di SMASwasta Eria Medan.

1.4.2 Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada sekolah terutama anak sekolah di SMA Swasta Eria Medan dalam menjaga pola makan yang baik guna mengurangi dampak kelebihan gizi.

1.4.3 Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi peneliti dan bahan bagi peneliti lain yang berminat untuk melakukan penelitian yang sama namun di tempat dan menggunakan sampel yang berbeda.