

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Minuman cepat saji, seperti teh dan kopi, menjadi lebih umum. Di Indonesia, minuman ini semakin populer, terutama di kalangan remaja. Karena minuman ini enak dan membantu mengurangi dahaga, banyak orang menerimanya setiap hari. Beberapa temuan menemukan bahwa minuman yang mengandung gula meningkatkan kemungkinan kematian muda akibat penyakit tidak menular termasuk serangan jantung dan berbagai bentuk kanker (Hepiriyani, 2022).

*Bubble tea*, yang sekarang disebut sebagai minuman modern, menjadi sangat populer. Dari Januari hingga Desember 2018, penjualan minuman di Asia Tenggara meningkat 3,000% menurut data *GrabFood*. Indonesia berada di urutan pertama dengan penjualan lebih dari 8,500%. Sambutan baik yang diterima minuman modern dari konsumen memotivasi para startup di industri ini untuk mengembangkan rencana bisnis dalam menarik investor (Astutik, 2019).

Di antara minuman manis yang dikonsumsi oleh orang Indonesia, minuman manis menempati posisi ketiga di Asia Tenggara, dengan rata-rata 20,23 liter minuman manis per tahun (Mariani, 2019). Berdasarkan statistik Riskesdas 2018, minuman manis menduduki peringkat kedua konsumsi masyarakat Indonesia dengan prevalensi yang cukup tinggi.

Persentase masyarakat Indonesia mengonsumsi makanan manis (87,9%) dan minuman manis (91,49%) relatif tinggi, menurut penelitian Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018. Ini bertentangan dengan rekomendasi Kementerian Kesehatan

Indonesia, yang mengatakan bahwa setiap orang harus membatasi konsumsi gulanya menjadi 50 gram (4 sendok makan) setiap hari (Kementrian Kesehatan RI, 2013). Ini setara dengan 10% dari asupan 4 energi (200 kkal). Jumlah gula yang aman untuk minuman adalah antara 6 dan 12 gram, tetapi minuman manis modern biasanya melebihi batas aman. (Maulinda, 2023).

Remaja rentan terhadap perubahan fisik, namun mereka juga memiliki kebiasaan makan berbahaya yang mempengaruhi kebiasaan makan, kesehatan, dan status gizinya. Remaja pada umumnya sering mengonsumsi makanan yang gizinya tidak seimbang karena penentuan keputusan mengonsumsi ataupun membeli makanan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor misalnya teman sebaya, *trend* makanan dan juga jajanan yang terdapat di sekolah. (Maria, 2019).

Remaja, yang berusia 16-19 tahun, cenderung mengonsumsi lebih banyak gula, garam, dan lemak daripada kelompok umur lainnya. Konsumsi gula berlebih sebesar 53,1%, konsumsi garam berlebih sebesar 26,2%, dan konsumsi lemak berlebih sebesar 40,7% (Zubaidah, 2020).

Salah satu alasan kenaikan berat badan remaja saat ini adalah meningkatnya paparan iklan makanan dan minuman menarik yang hadir dalam berbagai rasa manis (Gamboagamboa et al., 2019). Misalnya, setiap gelas minuman manis Boba Milk Tea mengandung enam sendok makan gula pasir atau sekitar 300 kalori. Milk foam dan *cheese foam* memiliki masing-masing 203 dan 180 kalori, masing-masing. Boba memiliki 156 kalori (Tinambunan et al., 2020).

Minuman kekinian merupakan salah satu jajanan tinggi kalori yang sering dikonsumsi oleh anak remaja karena mudah ditemukan dimana saja termasuk di sekitar sekolah. (Meinarisa, 2020)

Ungkapan "*minuman modern*" menggambarkan minuman populer yang sedang populer saat ini dan memiliki cita rasa inovatif serta ciri khas. Minuman masa kini berkembang pesat. Diantaranya adalah *Thai tea*, *cheese tea*, kopi susu dengan gula merah, minuman boba. Beberapa minuman kekinian kaya akan kalori namun rendah makro dan mikronutrien karena kandungan gulanya yang tinggi. (Ilmi dan Veronica, 2020).

Minuman boba sangat disukai oleh remaja. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa 89,4 persen remaja berusia 16 hingga 24 tahun menyukai minuman kekinian. Boba adalah minuman populer saat ini (Veronica dan Ilmi, 2020). Hal ini relevan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa sebagian besar subjek lebih suka minuman boba daripada kopi. Ini karena subjek menyukai rasa manis. (Kushargina et al., 2021).

Satu gelas berukuran besar minuman teh susu manis mengandung 488,6 kkal kalori tanpa boba, dan 675,0 kkal dengan boba, yang meningkatkan nilai kalori menjadi 186,4 kkal. Dengan demikian, satu gelas berukuran besar minuman teh susu dengan boba menambah 33,75% dari kebutuhan kalori harian seseorang yang mengikuti diet 2.000 kkal (Trifosa Veronica et al., 2022) Tidak diragukan lagi, dampak dari ini dapat menyebabkan Indeks Massa Tubuh (IMT) naik, lebih banyak orang obesitas.

Sesuai Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 30 Tahun 2013, batasan harian gula, garam, dan lemak adalah gula pasir 50 gram, natrium 5 gram, dan lemak 67 gram.

Namun, banyak makanan ringan yang melampaui batasan ini. Hal ini dilakukan agar rasanya lebih enak dan menarik konsumen dengan menggunakan rasa gurih atau manis.

Jumlah kalori dalam satu gelas ukuran besar minuman teh susu boba berkontribusi sebesar 25,2% untuk pria dan 30,8% untuk wanita untuk kebutuhan energi sehari, menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG). Dalam jumlah kalori dan gula yang dikonsumsi setiap hari, minuman boba memainkan peran yang signifikan.

Media social yang paling berpengaruh terhadap konsumen dalam pembelian minuman manis kekinian ialah Instagram dikarenakan dari media social Instagram tersebut konsumen dapat mengetahui minuman kekinian mana yang sedang trend atau produk minuman mana yang sedang ada diskon, pengaruh dari media televisi juga mempengaruhi konsumen dari iklan-iklan yang bermunculan di televisi. Menurut Engel dkk. (1995), beberapa elemen yang mempengaruhi model perilaku konsumen saat mengambil keputusan pembelian meliputi proses psikologis, variasi individu, dan pengaruh lingkungan. (dkk., Amelia, 2017). Karakteristik yang Mempengaruhi Perilaku Pelanggan yakni sebagai berikut.

1. Pengaruh Lingkungan: Keputusan pembelian seseorang dipengaruhi oleh berbagai unsur lingkungan, seperti budaya, kedudukan sosial, keluarga, keadaan, dan pengaruh pribadi.
2. Perbedaan Individu: Sumber daya konsumen, motivasi dan keterlibatan, pengetahuan, sikap, kepribadian, gaya hidup, dan demografi adalah beberapa aspek lingkungan yang mempengaruhi keputusan pembelian individu.

3. Proses Psikologis: Tiga proses psikologis utama yang membantu memahami perilaku konsumen adalah pemrosesan informasi, pembelajaran, dan perubahan sikap dan perilaku.

Asupan minuman manis dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain stres, gaya hidup, tingkat pendidikan, dan ketersediaan akses terhadap minuman manis. Sejumlah penelitian menunjukkan adanya hubungan antara asupan minuman manis dan penyakit tidak menular seperti diabetes tipe 2 dan gangguan kardiometabolik. Individu yang banyak minum minuman manis biasanya kekurangan serat, kalsium, magnesium, riboflavin, vitamin C, dan vitamin A. (Lara, 2022).

Berdasarkan survei pendahuluan yang sudah peneliti lakukan terdapat, enam (6) dari sepuluh (10) remaja yang memiliki kebiasaan konsumsi minuman manis kekinian tergolong tinggi. Dua (2) remaja mengkonsumsi minuman manis kekinian empat (4) kali dalam seminggu dan empat (4) remaja mengkonsumsi minuman manis kekinian tiga (3) kali dalam seminggu. Oleh karena itu, berdasarkan pengalamannya, peneliti tertarik untuk mempelajari variabel-variabel yang mempengaruhi penggunaan minuman manis oleh siswa sekolah menengah saat ini. Swasta Al-Husna Marendal.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Mengingat konteksnya, permasalahan yang dibahas dalam studi ini adalah elemen-elemen apakah yang berdampak pada kebiasaan konsumsi minuman manis kekinian pada siswa SMA Swasta Al-Husna Marindal?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengkaji variabel-variabel yang mempengaruhi pola konsumsi minuman manis siswa SMA Swasta Al-Husna Marindal saat ini.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1 Mengetahui peran faktor predisposisi (*predisposing factor*) terhadap perilaku kebiasaan konsumsi minuman manis kekinian pada siswa SMA Al-Husna Marindal
- 2 Mengetahui peran faktor pendukung (*enabling factor*) terhadap perilaku kebiasaan konsumsi minuman manis kekinian pada siswa SMA Al-Husna Marindal.
- 3 Mengetahui peran faktor pendorong (*reinforcing factor*) terhadap kebiasaan konsumsi minuman manis kekinian pada siswa SMA Al-Husna Marindal.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber tambahan informasi dan referensi untuk penelitian kesehatan masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan variabel-variabel yang mempengaruhi kebiasaan konsumsi minuman manis oleh remaja saat ini.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Adapun kegunaan secara praktis dalam penelitian ini yaitu :

1. Bagi SMA Swasta Al-Husna

Siswa dan siswi SMA Swasta Al-Husna dapat pengetahuan serta wawasan mengenai faktor-faktor apa saja yang dapat menyebabkan Dm Tipe 2, obesitas, overweight agar mereka bisa mencegah terjadinya penyakit tersebut sejak dini.

2. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi khususnya di bidang ilmu Kesehatan Masyarakat jika suatu saat nanti ada yang mengambil penelitian yang sama, bisa melakukan promotif dan preventif pada remaja mengenai permasalahan minuman manis kekinian agar tidak terjadinya Dm Tipe 2, obesitas, overweight pada remaja sejak dini.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian tambahan yang menyelidiki konsumsi minuman manis modern.