

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, istilah ini menunjukkan masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan, biasanya dimulai dari usia 14 tahun pada pria dan usia 12 tahun pada wanita. Batasan usia pada masa remaja yaitu usia 10 sampai 19 tahun (WHO 2019). Pada masa remaja, khususnya remaja putri di negara berkembang sedang dihadapkan pada tiga masalah gizi (*triple burden malnutrition*), yaitu gizi kurang (kurang energi), defisiensi mikronutrien seperti anemia gizi dan gizi lebih (kegemukan dan obesitas) (Mutia *et al.*, 2022).

Gizi lebih yang terdiri dari *overweight* dan obesitas sudah menjadi masalah gizi diseluruh dunia. Kegemukan telah ditetapkan menjadi epidemi dan sekitar 2,8 juta orang di dunia mengalami kematian yang disebabkan karena mengalami *overweight* (WHO, 2021). Prevalensi *overweight* pada remaja usia 13 - 15 tahun (11,2 %), lebih besar dari remaja usia 16-18 tahun (9,5%). Prevalensi *overweight* pada remaja usia 13-15 tahun di Indonesia mengalami peningkatan dari 8,3% pada tahun 2013 menjadi 11,2%, pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018).

*Overweight* atau kegemukan merupakan suatu keadaan fisiologis yang disebabkan karena penumpukan lemak secara berlebihan di dalam jaringan tubuh. *Overweight* dapat menyebabkan peningkatan risiko

penyakit degeneratif seperti penyakit diabetes mellitus, penyakit jantung koroner, hipertensi dan hiperlipidemia (Mauliza *et al.*, 2022).

Faktor penyebab *overweight* pada remaja bersifat multi faktorial, yang salah satunya adalah kebiasaan mengonsumsi minuman manis. Penelitian Irfan dan Ayu (2022) mengenai hubungan pola konsumsi minuman bergula dengan *overweight* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara mengonsumsi minuman bergula dengan kejadian *overweight*. Secara lebih lanjut penelitian ini menyebutkan bahwa minuman manis dapat menjadi penyebab terjadinya obesitas di usia remaja (Irfan dan Ayu 2022). Minuman manis atau dapat juga disebut *Sugar Sweetened Beverage* (SSB) dapat menyebabkan kenaikan berat badan karena memiliki kandungan energi yang tinggi (Twarog *et al.*, 2020).

*Sugar Sweetened Beverage* (SSB) merupakan minuman dengan pemanis atau gula tambahan seperti gula jagung, fruktosa, glukosa, *High-Fructose Corn Syrup* (HFCS), laktosa, maltose, sukrosa (Jayanti *et al.*, 2021). Minuman manis atau SSB termasuk dalam kategori karbohidrat sederhana yang di dalam tubuh dapat diubah menjadi glukosa untuk kemudian diubah menjadi energi. Kandungan gula yang banyak terdapat dalam SSB apabila diserap oleh tubuh secara berlebihan akan disimpan dalam bentuk lemak pada jaringan bawah kulit sehingga dapat menyebabkan *overweight* dan obesitas (Sari *et al.*, 2022).

Jawa Barat adalah salah satu provinsi yang terpadat di Indonesia menurut data Riskesdas Jawa Barat tahun 2018. Prevalensi *overweight*

remaja usia 13-15 tahun sebesar 11,96%, dengan prevalensi *overweight* remaja putri (12,66%) lebih besar dibandingkan remaja laki-laki (11,34%). Menurut data Riskesdas Jawa Barat pada tahun 2018, prevalensi *overweight* pada remaja 13-15 tahun di Kota Tasikmalaya sebesar 11,61%, yang berada pada peringkat sepuluh di Jawa Barat.

Hasil penelitian Hidayanti *et al* (2022) menunjukkan bahwa 70,5% dari 397 remaja SMP di kota Tasikmalaya memiliki kebiasaan sering mengonsumsi *Sugar Sweetened Beverage* (SSB). Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka penelitian ini akan meneliti hubungan kebiasaan konsumsi *Sugar Sweetened Beverage* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri usia 13-15 tahun di SMP Negeri Kota Tasikmalaya.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini diantaranya adalah:

1. Adakah hubungan antara kebiasaan konsumsi *Sugar Sweetened Beverage* (SSB) dengan kejadian *overweight* pada remaja putri usia 13-15 tahun di SMP Negeri Kota Tasikmalaya?
2. Adakah hubungan antara variabel *confounding* yang terdiri dari asupan gula SSB, konsumsi energi, konsumsi protein, konsumsi lemak, konsumsi karbohidrat, konsumsi serat, aktifitas fisik dengan kejadian *overweight* pada remaja putri usia 13-15 tahun di SMP Negeri Kota Tasikmalaya?

### C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini diantaranya adalah:

1. Menganalisis hubungan antara kebiasaan konsumsi *Sugar Sweetened Beverage* (SSB) dengan kejadian *overweight* pada remaja putri usia 13-15 tahun di SMP Negeri Kota Tasikmalaya
2. Menganalisis hubungan antara variabel *confounding* yang terdiri dari asupan gula SSB, konsumsi energi, konsumsi protein, konsumsi lemak, konsumsi karbohidrat, konsumsi serat, aktifitas fisik dengan kejadian *overweight* pada remaja putri usia 13-15 tahun di SMP Negeri Kota Tasikmalaya

### D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Hubungan kebiasaan konsumsi *Sugar Sweetened Beverage* (SSB) dengan kejadian *overweight* pada remaja putri usia 13-15 tahun di Kota Tasikmalaya.

2. Lingkup Metode

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *Cross Sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian merupakan penelitian di bidang gizi masyarakat.

4. Lingkup Tempat

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP negeri kota Tasikmalaya

#### 5. Lingkup Sasaran

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja putri usia 13-15 tahun.

#### 6. Lingkup Waktu.

Penelitian ini dilaksanakan mulai bulan Januari 2023 sampai dengan Juni 2023.

### **E. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi Institusi / Subjek Penelitian

Bagi Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya hasil penelitian ini dapat dijasikan sebagai bahan pertimbangan dalam perencanaan dan evaluasi program untuk mengatasi *overweight* pada remaja putri di Kota Tasikmalaya.

#### 2. Bagi Program Studi Gizi FIK UNSIL

Penelitian ini dapat menambah kepustakaan mengenai hubungan konsumsi *Sugar Sweetened Beverages* (SSB) dengan kejadian *overweight*.

#### 3. Bagi Keilmuan Gizi

Menambah keilmuan mengenai hubungan kebiasaan konsumsi *Sugar Sweetened Beverages* (SSB) dengan kejadian *overweight* pada remaja putri.

#### 4. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan ilmu baru mengenai hubungan kebiasaan konsumsi *Sugar Sweetened Beverages* (SSB) dengan kejadian *overweight* pada remaja putri.