

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja (*adolescent*) merupakan kelompok usia 10-18 tahun (Kemenkes, 2014b). Masa terjadinya perubahan cepat secara fisiologis yang mempengaruhi kebutuhan gizi. Kebutuhan gizi dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial (Supariasa dan Handayani, 2014). Remaja di Indonesia saat ini menghadapi *triple burden of malnutrition* (Wijianto *et al.*, 2023). Permasalahan gizi pada remaja timbul akibat dari ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan (Putu, Sulistyadewi dan Masitah, 2020). Kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi sehingga mempengaruhi status gizi (Kemenkes, 2014a).

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman siap saji yang disiapkan / dijual oleh pedagang kaki lima dan pedagang asongan di pinggir jalan atau tempat umum (Fellows dan Hilmi, 2011). Budaya jajan menjadi keseharian hampir seluruh kelompok usia termasuk remaja (Harahap, Lestari dan Manggabarani, 2020). Remaja menghabiskan waktu dari pagi sampai sore kurang lebih 8 jam selama 5 hari di sekolah, penyumbang energi terbesar adalah jajanan yang tersedia di sekolah (Masri, Nasution dan Ahriyasna, 2022).

Penduduk usia >5 tahun setiap harinya mengonsumsi makanan jajanan seperti makanan berpenyedap (73,8%), makanan dengan kandungan garam yang tinggi (52,2%), makanan berlemak (51,7%), dan *sugar sweetened*

beverage (47,5%) (Kemenkes, 2023). Laporan *Global School-based Student Health Survey* pada tahun 2015 menunjukkan remaja kurang mengonsumsi serat dari sayur buah (93,6%), sering mengonsumsi makanan berpenyedap (75,7%) dan tidak selalu sarapan (66,2%) (WHO, 2015b).

Makanan jajanan di lingkungan sekolah umumnya terbuat dari bahan makanan yang tinggi kandungan energi, lemak jenuh, gula, garam serta memiliki cita rasa yang menggugah selera (Sulistiyadewi dan Masitah, 2020). Kebiasaan mengonsumsi makanan jajanan tinggi energi, lemak, natrium, dan gula dalam jangka panjang dapat mengakibatkan timbulnya penyakit tidak menular seperti tekanan darah tinggi, jantung koroner, aterosklerosis, dan diabetes melitus serta obesitas (Asniarti dan Suprianto, 2020). Remaja mengalami *overweight* dan obesitas sebesar 20% dikarenakan sering mengonsumsi makanan jajanan tinggi kalori. Kegemukan saat masa remaja, dapat meningkatkan risiko timbulnya penyakit tidak menular di usia dewasa (Suraya *et al.*, 2020). WHO pada tahun 2010 menyatakan bahwa sebanyak 420.000 kematian disebabkan oleh penyakit bawaan makanan. Penyakit bawaan makanan yang paling umum adalah diare. Sebanyak 230.000 kematian disebabkan oleh diare (WHO, 2015a).

Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi jajanan di antaranya sikap terhadap makanan jajanan, pengetahuan, teman sebaya, kebiasaan membawa bekal, dan kebiasaan sarapan (Wowor, Engkeng dan Kalesaran, 2021). Sarapan merupakan kegiatan makan dan minum sebelum jam 9 pagi dengan tujuannya memenuhi 15% - 30% kebutuhan gizi harian (Aini *et al.*,

2021). Studi yang dilakukan oleh (Mawarni, 2021) menyebutkan bahwa 20-40% anak di Indonesia terbiasa melewatkan sarapan. Remaja yang tidak sarapan menyebabkan lapar pada pagi hari sehingga mereka akan lebih banyak mengonsumsi makanan jajanan di sekolah (Gwin dan Leidy, 2018). Remaja yang terbiasa melewatkan sarapan, dapat mengalami peningkatan rasa lapar berlebih pada siang hari sehingga dapat menyebabkan jajan yang berlebihan untuk mengatasi rasa lapar tersebut (Rohmah, Rohmawati dan Sulistiyani, 2020). Jika dilakukan terus-menerus dapat mengalami peningkatan risiko masalah gizi lebih (*overweight*) dan obesitas (Hutabarat, 2022).

Pengaruh dari teman sebaya menunjukkan bahwa secara signifikan berkorelasi positif terhadap kebiasaan konsumsi jajanan (Rahmiati, 2021). Kelompok teman sebaya berpeluang untuk individu saling berinteraksi, memberikan motivasi dan semangat terhadap teman sebaya lain secara emosional. Seseorang jajan dengan alasan melihat temannya jajan di sekolah, tidak bisa menolak ajakan temannya, dan ketika tidak memiliki uang maka temannya selalu membelikan makanan jajanan (Hateriah S dan Kusumawati L, 2021).

Media massa merupakan tempat untuk memperkenalkan produk makanan jajanan berupa iklan yang dapat berpengaruh pada kebiasaan konsumsi jajanan. Media massa dapat berupa media cetak (majalah, pamflet, brosur, surat kabar) dan media elektronik (televisi, internet, radio) (Silvia, Perwirawati dan Simbolon, 2021). Remaja yang menghabiskan waktu menonton selama lebih dari 5 jam di depan layar (*smartphone*, komputer,

tablet, televisi) mempunyai kecenderungan sebanyak dua kali lipat mengonsumsi makanan jajanan (Fitri, Rusydi dan Artikel, 2023). Perkembangan media massa tidak terlepas dari jaringan internet, hal ini banyak digunakan oleh remaja. Sebanyak 185 juta individu menggunakan internet, setara 66,5% dari total populasi nasional (Sutarsih dan Maharani, 2022). Hasil penelitian (Pertiwi Mega, 2016) mengatakan bahwa sebesar 56,8% kebiasaan konsumsi jajanan pada remaja dipengaruhi oleh media massa dikarenakan iklan mengenai makanan sering kali menonjolkan karakteristik fisik dari makanan seperti rasa renyah dan rasa manis, hal tersebut membuat seseorang berkeinginan kuat untuk mencicipinya.

Uang saku memiliki hubungan dengan kebiasaan konsumsi jajanan. Menurut penelitian (Desi, Suaebah dan Astuti, 2018) bahwa jumlah uang saku berpengaruh pada pembelian jajanan. Semakin tinggi uang saku yang didapatkan, semakin tinggi daya beli dalam membeli makanan jajanan yang diinginkannya (Setyobudi, Sirait dan Soly, 2021). Jumlah uang saku yang besar akan memberi kebebasan dalam memilih dan mengonsumsi makanan di sekolah, meskipun tujuan orang tua memberikan uang saku dalam jumlah besar untuk sebagiannya ditabung.

Penelitian Hidayanti *et al.*, (2022) mengungkapkan bahwa sebagian besar remaja di Kota Tasikmalaya sering mengonsumsi makanan jajanan yang digoreng seperti gorengan tepung, jajanan manis seperti donat, dan minuman manis. Konsumsi jajanan manis dalam frekuensi sering seperti makanan manis dan minuman manis dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan pada

remaja. Sebanyak 40 dari 397 responden yang mengalami kegemukan, sebanyak 17,5% responden sering mengonsumsi jajanan manis yang digoreng, 12,5% sering mengonsumsi jajanan asin yang digoreng, dan 12,5% sering mengonsumsi minuman manis. Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan prevalensi kegemukan pada remaja umur 13-15 sebesar 16% dengan sebaran prevalensi gemuk sebesar 11,2%, dan obesitas sebesar 4,8% (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk menganalisis determinan yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi jajanan pada remaja SMP di kota Tasikmalaya di antaranya SMPN 1 Tasikmalaya, SMPN 2 Tasikmalaya, SMPN 3 Kota Tasikmalaya, SMPN 4 Tasikmalaya, SMPN 10 Tasikmalaya, SMPN 18 Tasikmalaya, dan SMPN 19 Tasikmalaya meliputi kebiasaan sarapan, pengaruh teman sebaya, paparan media massa, dan jumlah uang saku.

B. Rumusan Masalah

1. Rumusan Masalah Umum

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah determinan apa yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi jajanan pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya.

2. Rumusan Masalah Khusus

- a. Apakah terdapat hubungan kebiasaan sarapan dengan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya?

- b. Apakah terdapat hubungan paparan media massa dengan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya?
- c. Apakah terdapat hubungan pengaruh teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya?
- d. Apakah terdapat hubungan jumlah uang saku dengan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan determinan yang meliputi kebiasaan sarapan, pengaruh teman sebaya, paparan media massa, dan jumlah uang saku dengan kebiasaan konsumsi jajanan pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis hubungan kebiasaan sarapan dengan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya.
- b. Menganalisis hubungan paparan media massa dengan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya.

- c. Menganalisis hubungan pengaruh teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya
- d. Menganalisis hubungan jumlah uang saku dengan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Lingkup masalah dalam penelitian ini adalah determinan yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah pada remaja SMP Negeri di Kota Tasikmalaya.

2. Lingkup Metode

Lingkup metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Lingkup keilmuan yang diterapkan dalam penelitian ini adalah gizi Masyarakat.

4. Lingkup Tempat

Lingkup tempat dalam penelitian ini dilakukan di SMP Negeri yang berada di Kota Tasikmalaya.

5. Lingkup Sasaran

Sasaran dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi SMP Negeri di Kota Tasikmalaya.

6. Lingkup Waktu

Lingkup waktu dalam penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2023 hingga bulan September 2024.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman, khususnya mengenai determinan yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi jajanan pada remaja.

2. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi jajanan pada remaja sehingga dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan pihak sekolah untuk mengadakan program atau kegiatan yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terkait gizi terutama jajanan sekolah.

3. Bagi Program Studi Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi atau kepustakaan untuk kepentingan pendidikan ilmu gizi terutama mengenai faktor yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi jajanan pada remaja.

4. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang akan mengembangkan penelitian lebih lanjut dan dapat dijadikan sebagai dasar dalam pelaksanaan penelitian topik serupa.