

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi diperlukan dalam tubuh seseorang sebagai sumber energi untuk melakukan aktivitas. Kandungan gizi yang dibutuhkan tubuh sebaiknya diperoleh dalam jumlah yang cukup. Kecukupan gizi dibutuhkan setiap individu sejak dalam kandungan, bayi, anak-anak, remaja, dewasa sampai usia lanjut. Kekurangan gizi akan berpengaruh pada pertumbuhan fisik, perkembangan kecerdasan, dan daya tahan tubuh seseorang. Kelebihan gizi pada seseorang dapat menimbulkan penyakit, seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes melitus, dan beberapa jenis kanker (Oktaviani, 2012).

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam penggunaan dan pemilihan bahan makanan yang baik sehingga dapat mencapai keadaan gizi yang seimbang (Suhardjo, 2013). Tingkat pengetahuan gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang dalam memilih makanan. Seseorang yang memiliki pengetahuan gizi yang baik diharapkan akan mempengaruhi perilaku konsumsi makanan yang baik. Perilaku konsumsi juga berpengaruh pada keadaan status gizi seseorang. Status gizi yang baik akan tercapai jika tubuh memperoleh zat gizi yang cukup diperlukan oleh tubuh. Status gizi yang kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi yang diperlukan tubuh (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan Asosiasi Waralaba Indonesia tahun 2013 menyatakan bahwa bisnis waralaba makanan cepat saji cukup berkembang pesat di Indonesia didukung oleh jumlah penduduknya yang tergolong besar. Hal ini menunjukkan bahwa besarnya potensi pasar dalam penjualan makanan cepat saji di Indonesia. Kemunculan restoran makanan cepat saji baik yang berasal dari dalam negeri maupun luar negeri berpengaruh pada pergeseran perilaku konsumsi makanan seseorang khususnya di kota besar, terutama bagi remaja. Hal ini juga menyebabkan remaja menjadi lebih suka mengonsumsi makanan cepat saji.

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja tergolong dalam fase pertumbuhan yang pesat sehingga dibutuhkan zat gizi yang seimbang dalam jumlah yang relatif besar. Sayangnya perilaku konsumsi makanan yang tidak teratur, sering jajan, sering tidak sarapan, dan sama sekali tidak makan siang menjadi alasan remaja sering mengonsumsi makanan cepat saji (Sayogo, 2011). Padahal makanan cepat saji dapat memicu berbagai penyakit seperti obesitas, kanker, diabetes melitus, hipertensi, dan serangan jantung. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menyebutkan bahwa prevalensi penyakit pada remaja di Indonesia telah mencapai 19,1% untuk obesitas, 0,6% untuk kanker; 25,8% untuk diabetes melitus; 8,3% untuk hipertensi; dan 1,5% untuk serangan penyakit jantung. Perilaku konsumsi makanan yang tidak seimbang saat remaja akan membentuk kebiasaan dan berlanjut hingga dewasa.

SMP Labschool Rawamangun terletak di jalan utama. Letak yang strategis dan dekat dengan pusat perbelanjaan yang menyediakan restoran makanan cepat saji sehingga memungkinkan siswa untuk membeli dan mengonsumsi makanan cepat saji tersebut. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka perlu dilakukan penelitian mengenai hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji, khususnya di SMP Labschool Rawamangun, Jakarta Timur.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah yang didapatkan sebagai berikut:

1. Bagaimana pengetahuan gizi siswa SMP Labschool Rawamangun, Jakarta Timur?
2. Bagaimana perilaku konsumsi makanan cepat saji siswa SMP Labschool Rawamangun, Jakarta Timur?
3. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada siswa SMP Labschool Rawamangun, Jakarta Timur?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah identifikasi, penelitian ini dibatasi hanya pada hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada siswa SMP Labschool Rawamangun, Jakarta Timur.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka masalah yang dibahas dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada siswa SMP Labschool Rawamangun, Jakarta Timur?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada siswa SMP Labschool Rawamangun, Jakarta Timur.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah:

1. Memberikan informasi kepada siswa mengenai pentingnya pengetahuan gizi terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji pada siswa SMP Labschool Rawamangun, Jakarta Timur.
2. Sebagai bahan informasi bagi guru khususnya SMP Labschool Rawamangun mengenai pentingnya pengetahuan gizi terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji bagi siswanya.
3. Sebagai salah satu sumber informasi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji.