

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Obesitas adalah salah satu masalah kesehatan yang menarik perhatian dunia, baik pada negara maju maupun di negara berkembang. Obesitas menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian khusus, hal ini dikarenakan obesitas berada di peringkat ke 5 yang menjadi penyebab kematian di dunia, tidak kurang dari 2.8 juta orang yang meninggal akibat obesitas disetiap tahunnya. Prevalensi obesitas terus mengalami peningkatan, pada tahun 1975 prevalensi pada anak dan remaja usia 5-19 tahun sebesar 4%, sedangkan pada tahun 2016 meningkat hingga 18% (*World Health Organization (WHO), 2020*).

Obesitas merupakan masalah penyakit tidak menular di Indonesia pada kalangan remaja, dewasa maupun anak-anak. Obesitas adalah penumpukan lemak berlebih yang diakibatkan oleh asupan energi yang tidak diimbangi dengan aktivitas fisik dan disertai faktor lain seperti genetik, perilaku dan lingkungan (Ali & Nuryani, 2018). Obesitas menjadi masalah yang menggelisahkan bagi remaja, karena masalah ini dapat mengurangi rasa percaya diri dan dapat membebani pikiran sehingga mengganggu psikologi. Tampil sempurna dengan berkeinginan memiliki tubuh yang ideal menjadi idaman bagi para remaja. Hal ini dipeparah dengan adanya berbagai iklan yang

dipasang pada sosial media dan surat kabar seperti obat-obatan, ramuan, makanan bahkan minuman untuk merampingkan tubuh (Hafid & Hanapi, 2019).

Indonesia menduduki peringkat ke 4 dengan penderita obesitas terbanyak di ASEAN (Moore, 2019). Berdasarkan dari data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada tahun 2007 sebesar 10.5%, pada tahun 2013 meningkat menjadi 14.8% dan sedangkan pada tahun 2018 prevalensi telah mencapai 21.8%. Hal ini membuktikan bahwa adanya peningkatan prevalensi obesitas di Indonesia setiap tahunnya (Riskesdas, 2018).

Di negara berkembang, salah satu faktor yang mengakibatkan prevalensi obesitas meningkat adalah adanya perubahan gaya hidup serta pola makan yang bergeser, dari pola makan tradisional ke pola makan barat, khususnya pada kalangan remaja (Setyawati & Rimawati, 2016). Remaja telah dapat menentukan makanan yang ingin mereka konsumsi, cenderung memiliki pola makan yang tidak teratur yang lebih memilih makanan di luar rumah dan penasaran dengan makanan yang baru salah satunya seperti makanan cepat saji maupun minuman berkarbonasi (Lestari & Asthiningsih, 2019).

World Health Organization (WHO) telah mengembangkan survei berbasis sekolah ke 16 negara yaitu Asia, Afrika, Timur Tengah dan Amerika Latin dengan menggunakan instrumen *dalam Global School-based Students Health Survey* (GSHS). GSHS merupakan survei yang

dilakukan pada kelompok remaja usia 13-17 tahun, untuk memberikan gambaran mengenai perilaku berisiko kesehatan remaja yang dapat dibandingkan secara internasional (Puslitbang Kementerian Kesehatan RI, 2015).

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan kepada siswa SMAN 4 Kendari menunjukkan bahwa remaja yang memiliki frekuensi makan 3 kali perhari sebesar 52.2% dan remaja dengan frekuensi makan 2 kali perhari sebanyak 19.1%. Remaja yang memiliki pola konsumsi makanan cepat saji sering sebesar 61.8%, kadang-kadang 27% dan jarang sebanyak 11.2%. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan pola makan terhadap obesitas dengan nilai *p-value* 0,018 (Wulandari et al., 2016).

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan kepada siswa perempuan SMAN 2 Kota Banda Aceh menunjukkan remaja yang sering konsumsi minuman berkarbonasi sebanyak 23.2% dan jarang sebesar 76.8%. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi minuman berkarbonasi terhadap obesitas dengan nilai *p-value* 0,015 (Asrin et al., 2013).

Kelompok pelajar dapat dikategorikan dalam usia remaja. Masa remaja sering disebut sebagai masa pencarian jati diri sehingga sangat mudah untuk dipengaruhi orang lain dan mengikuti alur zaman, seperti halnya dengan pemilihan makanan (Setyawati & Rimawati, 2016). Makanan cepat saji dan minuman berkarbonasi cenderung dipilih para

remaja karena lebih praktis dan memiliki kelas tersendiri. Selain rasanya yang enak dan lezat, jajanan ini sangat mudah didapat (Pamelia, 2018).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Minuman Berkarbonasi terhadap Obesitas pada Remaja di Indonesia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “Apakah ada Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Minuman Berkarbonasi dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di Indonesia?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian adalah untuk mengetahui Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Minuman Berkarbonasi terhadap Obesitas pada Remaja di Indonesia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui frekuensi konsumsi makanan cepat saji pada remaja di Indonesia.
- b. Mengetahui frekuensi konsumsi minuman berkarbonasi pada remaja di Indonesia.
- c. Menganalisis hubungan konsumsi makanan cepat saji terhadap obesitas pada remaja di Indonesia.

- d. Menganalisis hubungan konsumsi minuman berkarbonasi terhadap obesitas pada remaja di Indonesia.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada remaja di Indonesia khususnya yang masih duduk di bangku sekolah dengan tujuan dapat mencegah terjadinya obesitas.

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan konsumsi makanan cepat saji dan minuman berkarbonasi dengan kejadian obesitas di Indonesia. Serta, dapat memberikan referensi kepada mahasiswa/i lain jika melakukan penelitian yang sama dan dapat dikembangkan lebih luas lagi.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat mengembangkan ilmu serta informasi yang didapat dari penelitian yang telah dilakukan dan penelitian ini merupakan tugas akhir untuk memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Kepenelitian

No	Penulis	Judul Penelitian	Variabel Penelitian	Subjek Penelitian	Desain Penelitian
1	(Destrianti et al., 2020)	Hubungan Pengetahuan, Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Obesitas pada Siswa SMPN 5 Banjarmasin Tahun 2020.	Variabel Dependen: Obesitas. Variabel Independen: Konsumsi makanan cepat saji.	Siswa kelas 7 di SMPN 15 Banjarmasin.	Penelitian analitik dengan metode <i>cross sectional</i> .
2	(Pemayun & Saraswati, 2014)	Gambaran Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji dan Obesitas pada Mahasiswa Semester V Program Studi Kedokteran Umum Univesitas Udayana Tahun 2014.	Variabel Dependen: Obesitas. Variabel Independen: Mengonsumsi makanan cepat saji.	Mahasiswa semester V program studi kedokteran umum universitas udayana tahun 2014.	Penelitian dengan rancangan deskriptif <i>cross sectional</i> .
3	(Asrin et al., 2013)	Pengaruh Konsumsi <i>Soft Drink</i> terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja Putri SMAN2 Kota Banda Aceh.	Variabel Dependen: Obesitas. Variabel Independen: Konsumsi <i>soft drink</i> (berkarbonasi dan non-karbonasi)	Siswa Perempuan kelas 3 di SMAN 2 Banda Aceh.	Penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan desain <i>cross sectional</i> .