

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Prevalensi Obesitas pada remaja di dunia terus meningkat, yakni pada tahun 1975 hingga 2016 prevalensi remaja yang kelebihan berat badan atau obesitas berusia 5–19 tahun meningkat lebih dari empat kali lipat dari 4% menjadi 18%. Diperkirakan pada tahun 2022 obesitas akan terus meningkat pada remaja dibandingkan dengan kondisi *underweight* (WHO, 2017). Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 tentang status gizi meningkat, khususnya pada dewasa usia diatas 18 tahun dengan proporsi meliputi 13,6% berat badan lebih dan 21,8% obesitas (Kemenkes, 2018).

Pola makan merupakan penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi (Rahayu, 2020), dengan konsumsi makanan yang beragam dan mengamati setiap komponen zat gizi agar asupan gizi cukup dapat menjadi tindak pencegahan obesitas. Memperhatikan informasi gizi yang tertera pada makanan kemasan adalah salah satu cara untuk memilih pangan kemasan yang sehat (Huda dan Andrias, 2016), namun minat dalam membaca label informasi gizi atau *Nutrition Facts* masih kurang padahal dengan membaca label informasi gizi dapat membantu konsumen mengetahui asupan gizi yang sesuai kebutuhannya ketika mengonsumsi makanan kemasan (Anggraini *et al.*, 2018). Hal ini didukung dengan analisis yang dilakukan oleh Badan Perlindungan Konsumen Nasional (BKPN) menyampaikan bahwa hanya 6,7% konsumen di Indonesia yang mengamati label informasi gizi, sehingga mencerminkan kesadaran masyarakat untuk mencermati dan membaca informasi nilai gizi masih tergolong rendah (BKPN, 2013). Rendahnya minat baca khususnya pada remaja dapat disebabkan oleh berbagai faktor yaitu faktor psikologi, kebiasaan, ketersediaan buku / bahan bacaan dan lingkungan (Asniar *et al.*, 2020).

Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) *range* usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah, pada rentang usia ini diikuti

perubahan perilaku dan perkembangan yang pesat. Salah satu perubahan tersebut yaitu perubahan gaya hidup termasuk aktivitas fisik dan pola konsumsi harian (Kusumaryani, 2017). Seseorang dengan pengetahuan gizi yang rendah akan sulit dalam mengatur pola makan dan menerapkan perilaku pemilihan makanan kemasan yang baik (Anggraini *et al.*, 2018). Pengetahuan menjadi petunjuk utama ketika membaca label informasi gizi yang membuat konsumen tidak sekedar membaca namun memahami apa yang dibaca dan hal ini dipengaruhi oleh seberapa baik pengetahuan gizi yang dimiliki konsumen (Sudahono *et al.*, 2014).

Kebiasaan membaca label informasi gizi akan berpengaruh pada perilaku dalam memilih makanan kemasan yang akan berdampak pada status gizi seseorang (Anggraini *et al.*, 2018). Hasil studi pendahuluan pada mahasiswa di Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM) Universitas Airlangga menunjukkan 64,3% mahasiswa mengonsumsi jajanan setiap hari. Sebagian besar jajanan yang dikonsumsi yaitu jajanan kemasan berupa keripik (jagung, singkong, dan kentang) dan minuman kemasan yang mengandung perisa. Disertai dengan hasil penelitian yang menyatakan terdapat hubungan antara asupan jajanan dengan status gizi mahasiswa FKM Universitas Airlangga (Puspasari dan Farapti, 2020).

Remaja dengan status gizi obesitas dan normal memiliki perbedaan yang bermakna pada frekuensi dan pola konsumsi makanan kemasan serta tingkat asupan makronutrien (Mokoginta dan Manampiring, 2016). Hasil penelitian Devi (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara tingkat pengetahuan responden tentang label makanan kemasan dengan praktik pemilihan makanan kemasan. Pengetahuan dan pemahaman seseorang dapat ditingkatkan melalui kegiatan membaca, dengan terbiasa membaca maka seseorang akan memiliki pengetahuan yang luas dan pola pikir yang terus berkembang (Shofaussamawati, 2014)

Ketersediaan berbagai jenis bahan bacaan membuat perpustakaan dapat menjadi salah satu tempat yang sesuai untuk meningkatkan minat baca pada remaja (Fitri dan Elva, 2014). Seseorang yang memiliki minat baca tentunya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi atas suatu pengetahuan atau informasi yang dibutuhkan salah satunya pengetahuan mengenai gizi (Anugra *et al.*, 2013). Perpustakaan merupakan sarana umum yang merupakan gudang ilmu pengetahuan dan informasi untuk

**Defita Amanda, 2021**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN MEMBACA NUTRITION FACTS DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN KEMASAN DENGAN STATUS GIZI LEBIH REMAJA PENGUNJUNG SUDIN PUSAR JAKSEL**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu kesehatan, Gizi Program Sarjana  
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

meningkatkan wawasan khususnya bagi remaja untuk mengembangkan minat dan potensinya dalam bidang tertentu. Remaja masih mengalami proses perkembangan sehingga mempunyai keingintahuan yang tinggi, oleh karena itu sebagian besar pengunjung perpustakaan adalah kelompok remaja (Fakhrunnisa dan Rukiyah, 2015). Berdasarkan Data Statistik terkait jumlah Pengunjung Perpustakaan di wilayah Jakarta Selatan menempati peringkat kedua terbanyak se-Jakarta dengan jumlah pengunjung 655.537 orang pada tahun 2019 (Irawan, 2020). Suku Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Administrasi Jakarta Selatan merupakan salah satu perpustakaan di Jakarta selatan yang dikunjungi 33.790 orang pada tahun 2019 dengan jumlah pengunjung terbanyak yaitu pada kategori remaja (Romlah, 2019), hal ini membuktikan bahwa minat baca pada remaja tergolong cukup baik. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui Hubungan Pengetahuan, Kebiasaan Membaca *Nutrition Facts* dan Frekuensi Konsumsi Makanan Kemasan dengan Status Gizi Lebih Remaja Pengunjung Sudin PUSAR JAKSEL.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Status gizi merupakan tolak ukur untuk mengetahui kondisi seseorang yang dipengaruhi oleh pola konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat gizi yang menjadi faktor penentu kualitas hidup manusia (Ubro, 2014). Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 tentang status gizi meningkat, khususnya pada dewasa usia diatas 18 tahun dengan proporsi meliputi 13,6% berat badan lebih dan 21,8% obesitas (Kemenkes, 2018). Perubahan perilaku dan perkembangan yang pesat pada remaja menyebabkan perubahan gaya hidup termasuk aktivitas fisik dan pola konsumsi harian (Kusumaryani, 2017). Pola makan merupakan penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi (Rahayu, 2020). Remaja dengan status gizi obesitas dan normal memiliki perbedaan yang bermakna pada frekuensi dan pola konsumsi makanan kemasan serta tingkat asupan makronutrien (Mokoginta dan Manampiring, 2016) dan kebiasaan membaca label informasi gizi akan berpengaruh pada perilaku dalam memilih makanan kemasan (Anggraini *et al.*, 2018) serta pengetahuan menjadi petunjuk utama ketika membaca label informasi gizi (Sudahono *et al.*, 2014). Pengetahuan dan pemahaman seseorang dapat

**Defita Amanda, 2021**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN MEMBACA NUTRITION FACTS DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN KEMASAN DENGAN STATUS GIZI LEBIH REMAJA PENGUNJUNG SUDIN PUSAR JAKSEL**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu kesehatan, Gizi Program Sarjana

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id)-[www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id)-[www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

ditingkatkan melalui kegiatan membaca, dengan terbiasa membaca maka seseorang akan memiliki pengetahuan yang luas dan pola pikir yang terus berkembang (Shofaussamawati, 2014).

Ketersediaan berbagai jenis bahan bacaan membuat perpustakaan dapat menjadi salah satu tempat yang sesuai untuk meningkatkan minat baca pada remaja (Fitri dan Elva, 2014). Seseorang yang memiliki minat baca tentunya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi atas suatu pengetahuan atau informasi yang dibutuhkan salah satunya pengetahuan mengenai gizi (fitri *et al*, 2013). Perpustakaan merupakan sarana umum yang merupakan gudang ilmu pengetahuan dan informasi untuk meningkatkan wawasan khususnya bagi remaja untuk mengembangkan minat dan potensinya dalam bidang tertentu. Remaja masih mengalami proses perkembangan sehingga mempunyai keingintahuan yang tinggi, oleh karena itu sebagian besar pengunjung perpustakaan adalah kelompok remaja (Fakhrunnisa dan Rukiyah, 2015). Berdasarkan Data Statistik terkait jumlah Pengunjung Perpustakaan di wilayah Jakarta Selatan menempati peringkat kedua terbanyak se-Jakarta dengan jumlah pengunjung 655.537 orang pada tahun 2019 (Irawan, 2020). Suku Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Administrasi Jakarta Selatan merupakan salah satu perpustakaan di Jakarta selatan yang dikunjungi 33.790 orang pada tahun 2019 dengan jumlah pengunjung terbanyak yaitu pada kategori remaja (Romlah, 2019), hal ini membuktikan bahwa minat baca pada remaja tergolong cukup baik. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui Hubungan Pengetahuan, Kebiasaan Membaca *Nutrition Facts* dan Frekuensi Konsumsi Makanan Kemasan dengan Status Gizi Lebih Remaja Pengunjung Sudin Puser Jaksel.

### **I.3 Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui Hubungan Pengetahuan, Kebiasaan Membaca *Nutrition Facts* dan Frekuensi Konsumsi Makanan Kemasan dengan Status Gizi Lebih Remaja.

#### **I.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus pada penelitian ini meliputi :

**Defita Amanda, 2021**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN MEMBACA NUTRITION FACTS DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN KEMASAN DENGAN STATUS GIZI LEBIH REMAJA PENGUNJUNG SUDIN PUSAR JAKSEL**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu kesehatan, Gizi Program Sarjana  
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

- a. Mengetahui karakteristik umum responden, yaitu usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan.
- b. Mendeskripsikan gambaran pengetahuan *nutrition facts*.
- c. Mendeskripsikan perilaku kebiasaan membaca *nutrition facts*.
- d. Mendeskripsikan gambaran frekuensi konsumsi makanan kemasan.
- e. Mendeskripsikan gambaran status gizi.
- f. Menganalisis hubungan antara pengetahuan *nutrition facts* dengan status gizi
- g. Menganalisis hubungan antara kebiasaan membaca *nutrition facts* dengan status gizi
- h. Menganalisis hubungan antara frekuensi konsumsi makanan kemasan dengan status gizi.

## **I.4 Manfaat Penelitian**

### **I.4.1 Bagi Responden**

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang pentingnya membaca *Nutrition Facts* sebagai pertimbangan dalam membeli dan mengkonsumsi makanan kemasan sehingga dapat berdampak baik pada status gizi dan status kesehatan pada remaja.

### **I.4.2 Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan bagi masyarakat agar tidak sekedar membaca namun dapat memahami pentingnya *Nutrition Facts* sebagai pertimbangan dalam membeli serta mengkonsumsi makanan kemasan.

### **I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan**

Hasil Penelitian ini dapat menambah wawasan dan sebagai sumber informasi serta referensi dalam pengembangan penelitian lainnya dengan tema yang sama namun dengan karakteristik populasi atau metode yang berbeda.

Defita Amanda, 2021

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN MEMBACA NUTRITION FACTS DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN KEMASAN DENGAN STATUS GIZI LEBIH REMAJA PENGUNJUNG SUDIN PUSAR JAKSEL**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu kesehatan, Gizi Program Sarjana

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id)-[www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id)-[www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]