

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Internet telah memfasilitasi penggunaan berbagai macam aktivitas dan aplikasi yang berbeda dalam konteks daring. Meskipun banyak penelitian mengenai aktivitas ini termasuk permainan daring, belanja daring, seks daring, dan perjudian daring (Sindermann *et al.*, 2018), sangat sedikit yang diketahui mengenai acara makan daring yang disebut *Mukbang*. *Mukbang* (yaitu berasal dari bahasa Korea untuk 'makan' ['*meokneun*'] dan 'broadcast' ['*bangsong*']) mengacu pada siaran daring di mana individu makan makanan dalam porsi besar dengan makanan yang menggugah selera dan berinteraksi dengan penonton (Donnar, 2017). Kebiasaan menonton *Mukbang* dapat menyebabkan seseorang merasa ingin makan (Margawati *et al.*, 2020). Penelitian (Vaterlaus *et al.*, 2015) menyebutkan bahwa video *Mukbang* yang menarik dan menggugah selera memiliki pengaruh terhadap perilaku konsumsi makan seseorang.

Remaja di Indonesia paling banyak menggunakan internet dibandingkan kelompok usia lainnya. Hal ini terlihat dari tingkat penetrasi internet di kelompok usia 13-18 tahun yang mencapai 99,16% pada 2021-2022, serta peningkatan frekuensi penggunaan internet terbanyak terdapat pada perempuan, yaitu sebesar 54,57% (Indonesia Internet Service Provider Association, 2022). Menurut penelitian Vaterlaus *et al.* tahun 2015, para remaja mengakses media sosial untuk mencari informasi, menonton video, mencari resep atau referensi dalam menentukan makanan (Vaterlaus *et al.*, 2015). Remaja memiliki kecenderungan mencoba produk baru yang disajikan dalam media sosial yang memiliki kalori tinggi namun bernilai gizi rendah (Holmberg *et al.*, 2016). Pada remaja, terdapat hubungan antara perilaku makan yang tidak sehat dan konten internet yang tidak sehat (Restuastuti, 2016). Salah satu faktor yang mempengaruhi pola makan pada remaja adalah media sosial (Deliens *et al.*, 2014). Penelitian (Yun *et al.*, 2020) menyatakan bahwa menonton *Mukbang* membuat remaja lebih banyak makan makanan yang dianggap tidak sehat, seperti makanan cepat saji.

Hong dan Park (2018) berteori bahwa *Mukbang* dapat memenuhi rasa lapar fisik dan sentimental seseorang dengan memberikan resep atau tips sederhana untuk makan sendiri dan dengan menciptakan rasa ikatan sosial, dan rasa memiliki dengan *mukbanger* serta penonton lainnya. (Gillespie, *et al.*, 2019) mengklaim bahwa penonton *Mukbang* senang melihat wanita makan dengan berantakan, berisik, menunjukkan kesenangan, dan makan terlalu banyak. Penelitian yang dilakukan (Choe, 2019) menyimpulkan bahwa penonton memperoleh kepuasan yang berbeda dari menonton *Mukbang*, termasuk menikmati suara makan yang dibuat oleh mukbanger (misalnya, menyeruput dan mengunyah). *Mukbang* bisa menjadi pengalaman ASMR (*Autonomous Sensory Meridian Response*) di mana penonton lebih tertarik pada suara yang dihasilkan oleh tindakan makan daripada konsumsi makanan itu sendiri.

Banyaknya perubahan yang terjadi pada remaja cenderung menyebabkan berbagai masalah pada perubahan perilaku. Salah satunya adalah perubahan perilaku makan yang cenderung mengarah kepada perilaku makan tidak sehat. Perubahan perilaku makan pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya, media sosial, dan tingkat stres (Deliens *et al.*, 2014). Penelitian (Masdar *et al.*, 2016) menyatakan sebanyak 132 responden dan 25,8% diantaranya mengalami stres dan memiliki status gizi obesitas. Penelitian lain oleh Anggraini (2014) menunjukkan bahwa subjek yang mengalami depresi sedang akan mengalami obesitas dengan persentase sebesar 21,75%.

Menonton *Mukbang* merupakan cara yang efisien untuk menghilangkan stres (Hong dan Park, 2018). Selain itu, remaja yang bosan atau lapar di malam hari dan mereka yang ingin memesan makanan tetapi tidak bisa karena orang tuanya ada di rumah, menikmati *Mukbang* sebagai pelarian dari kenyataan yang tidak menyenangkan. Penelitian Hakimey dan Yazdanifard tahun 2015 mengatakan beberapa penonton ingin mengamati seseorang makan makanan yang berbeda karena ketidakmampuan mereka untuk mengakses berbagai macam makanan yang berbeda. Mereka juga menekankan bahwa individu menonton *Mukbang* untuk mendapatkan pengalaman makan secara perwakilan melalui *mukbanger* karena mereka sedang menjalankan diet. Penelitian Choe tahun 2019 juga mengatakan penonton senang menikmati makanan yang mereka idamkan saat sedang diet

dikonsumsi oleh *mukbanger*. Hal-hal tersebut menjadi alasan bahwa seseorang dapat tertarik menonton *Mukbang* karena dengan menonton seseorang makan secara efisien dapat membantu menghilangkan stres.

Salah satu sekolah yang terletak di Kabupaten Bogor yaitu SMAN 2 Cibinong. Melihat hasil penelitian terdahulu yang dilakukan, terdapat beberapa literatur yang menyatakan alasan seseorang ingin menonton *Mukbang*. Sehingga, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai persepsi dan sikap remaja terhadap konten *Mukbang* dengan desain penelitian kualitatif dengan harapan mendapat informasi lebih mendalam mengenai faktor pendorong apa saja yang dapat mempengaruhi seorang remaja putri menonton konten *Mukbang*.

I.2 Rumusan Masalah

Remaja merupakan sekelompok umur yang rentan terkena masalah gizi karena zat gizi yang diperlukan oleh remaja lebih tinggi dibandingkan kelompok umur lainnya. Berdasarkan Data Riskesdas tahun 2018, remaja kurus berusia 13 hingga 15 tahun prevalensinya yakni sebesar 6,8%. Sedangkan remaja gemuk prevalensinya sebesar 11,2%. Remaja kurus berusia 16-18 tahun prevalensinya yakni sebesar 6,7%. Sedangkan, remaja gemuk prevalensinya sebesar 9,5% (Kemeskes RI, 2018). Data Riskesdas tahun 2018 juga menyebutkan satu dari tujuh remaja berusia 13-18 tahun di Indonesia mengalami berat badan berlebih ataupun obesitas (Kemeskes RI, 2018). Penelitian Vaterlaus *et al.* tahun 2015 menyebutkan video *Mukbang* yang menarik dan menggugah selera memiliki pengaruh terhadap perilaku konsumsi makan seseorang. Berdasarkan uraian rumusan masalah tersebut peneliti tertarik melihat secara langsung faktor pendorong seorang remaja menonton konten *Mukbang* jika dilihat dari segi status gizi.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengeksplorasi faktor pendorong seorang remaja putri menonton konten *Mukbang*.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengeksplorasi persepsi dan sikap remaja putri mengenai konten *Mukbang*
- b. Mengetahui faktor pendorong yang mempengaruhi remaja menonton konten *Mukbang* dilihat dari segi status gizi

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat menambah wawasan dan pengalaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi seorang remaja putri menonton konten *Mukbang*.

I.4.2 Bagi Institusi

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi maupun karya penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi seorang remaja putri menonton konten *Mukbang*, terutama bagi program studi Ilmu Gizi yang diharapkan dapat bermanfaat bagi generasi selanjutnya.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini akan diterbitkan ke dalam jurnal sebagai bahan referensi yang diharapkan dapat memperkaya khazanah ilmu terutama ilmu gizi sehingga dapat menambah kepustakaan khususnya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi seorang remaja putri menonton konten *Mukbang*. Untuk mahasiswa jurusan Ilmu Gizi yang dapat digunakan sebagai bahan referensi dalam penelitian di waktu yang akan datang.