

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Salah satu indikator status kesehatan adalah status gizi, selain itu status gizi juga sebagai bentuk cerminan pemenuhan gizi seseorang, yang pada remaja diindikasikan dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) berdasarkan usia. Masa remaja berdasarkan Soetjiningsih (2010) terbagi ke dalam tiga kategori yakni remaja awal dengan golongan usia 13 hingga 15 tahun, remaja pertengahan dengan golongan usia 16 hingga 17 tahun dan remaja akhir dengan golongan usia 18 hingga 21 tahun. Pertumbuhan yang cepat pada periode remaja awal mengakibatkan kebutuhan akan pemenuhan gizi sesuai kebutuhannya meningkat. Pada remaja banyak ditemukan kasus bahwa asupan makan remaja tidak sesuai dengan kebutuhannya hal ini tentu dapat mempengaruhi status gizi (Rachmayani, et al, 2018). Masalah mengenai gizi pada remaja yang sering timbul yaitu kekurangan gizi dan obesitas hal ini diakibatkan dari remaja kurang memperhatikan asupan makanannya (Hafiza et al, 2021).

Obesitas adalah suatu keadaan dimana energi yang masuk dan energi yang digunakan tidak dalam keadaan yang seimbang dalam kurun waktu tertentu sehingga tubuh mengalami penimbunan lemak secara berlebihan (Angely et al, 2021). Pada tahun 2021 WHO melaporkan lebih dari 1 miliar orang mengalami obesitas, termasuk 650 juta orang dewasa, 340 juta remaja, dan 39 juta anak-anak berdasarkan data yang telah dikumpulkan pada tahun 2016. Jumlah ini masih terus meningkat, dan WHO memperkirakan akan bertambah sekitar 167 juta orang pada tahun 2025 (Jin *et al.*, 2023). Data Riskesdas tahun 2010 dan 2013 menunjukkan data nasional prevalensi obesitas pada remaja usia 13-15 tahun masing-masing sebesar 2,5%, Pada tahun 2018 prevalensi obesitas pada remaja 13-15 tahun mengalami peningkatan menjadi 4,8%. Provinsi DKI Jakarta memiliki prevalensi remaja 13-15 tahun dengan obesitas paling tinggi di Indonesia sebesar 10% dan angka ini di atas angka nasional 4,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia). Hal ini

sangat mengkhawatirkan karena masih tingginya angka obesitas remaja di Indonesia.

Pentingnya intervensi kesehatan masyarakat yang berfokus pada seluruh populasi termasuk remaja untuk mengurangi beban penyakit akibat obesitas di masa mendatang (Ari, 2017). Mencegah obesitas pada remaja telah menjadi salah satu isu penting dalam masyarakat, karena obesitas memiliki dampak negatif terhadap kualitas hidup mereka. Dampak tersebut meliputi penurunan mobilitas, performa akademik, bahkan pengalaman diskriminasi sosial. Karena alasan tersebut, peran serta orang tua memiliki peran yang sangat penting menjaga kesehatan keluarga, baik dengan memberikan makanan yang sehat dan bergizi, mendorong anggota keluarga untuk berolahraga secara teratur, maupun memberikan contoh perilaku hidup sehat (Ratna Noer et al., 2018). Tingkat Pendidikan ibu mempengaruhi pemahaman ibu terhadap kebutuhan gizi dalam menunjang perkembangan optimal dan menjadi contoh bagi anaknya (Waruwu W & ribiah, 2020). Penelitian oleh Yulia Melinda (2016) menemukan adanya hubungan pendidikan ibu dengan kejadian obesitas. Pengetahuan ibu sangat berpengaruh dalam mengontrol dan mengarahkan anaknya. Mulai naiknya berat badan atau obesitas dapat bertahan sepanjang masa remaja bahkan mempengaruhi berat badan di masa dewasa (Fang et al., 2021).

Umumnya usia remaja seringkali memiliki perilaku makan yang kurang sehat dan pemilihan makan yang kurang tepat seperti seringkali mengonsumsi makanan berisiko. Pola makan makanan berisiko adalah tindakan mengonsumsi pangan yang termasuk jenis makanan berisiko dengan memperhitungkan frekuensi dan jenis (Azkia & Miko Wahyono, 2019). Makanan berisiko yang dapat memicu obesitas yaitu minuman dan makanan manis, asin, berlemak, mie instan/ makanan instan, *soft drink* dan minuman berenergi. Menurut Kemenkes, seringkali konsumsi makanan berisiko seperti konsumsi makanan yang memiliki kandungan energi, lemak jenuh, gula dan garam yang tinggi dapat menyebabkan timbulnya kejadian obesitas, selain itu juga faktor kurangnya aktivitas fisik dan konsumsi makanan berserat dapat menjadi penyebab obesitas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Makanan berisiko menjadi makanan yang seringkali dikonsumsi

**Risya Amelia Ramadhany, 2023**

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN BERISIKO DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA 13 – 15 TAHUN DI DKI JAKARTA: ANALISIS DATA SEKUNDER RISKEDAS 2018**

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

oleh remaja dimasa modern ini yang apabila dikonsumsi dengan tidak bijak dapat memberikan dampak yang buruk bagi kesehatan remaja. Prevalensi Berat badan badan berlebih akan terus meningkat apabila pola konsumsi makanan berisiko pada kalangan remaja terus tidak terkendali (Wadhani & Ratnaningsih, 2021).

Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi konsumsi makanan berisiko pada penduduk usia diatas 5 tahun di Indonesia masih cukup tinggi. Menurut data tersebut, diketahui bahwa sebanyak 61,2% penduduk mengkonsumsi makanan manis, 29,7% mengonsumsi makanan asin, 41,7% mengonsumsi makanan berlemak, 7,8% mengonsumsi makanan instan dan 2,2% mengonsumsi minuman berkarbonasi dan berenergi. Data ini menjadi bukti tingkat konsumsi makanan berisiko di Indonesia masih tinggi. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Endah & Rayasari Fitriani, 2020) menemukan bahwa remaja obesitas di DKI Jakarta sering mengkonsumsi makanan tinggi lemak dan jajanan tinggi kalori namun rendah nilai gizi, hal ini disebabkan oleh lingkungan sekitar sekolah terdapat pedagang yang menjual makanan tersebut. Studi lain yang telah dilakukan (Nurwanti et al., 2019) menunjukkan pada remaja yang tinggal didaerah perkotaan sering mengkonsumsi *soft drink* dan minuman berenergi hal ini berhubungan dengan overweight dan obesitas. Sebuah studi oleh (Angraini, 2015) menemukan terdapat hubungan antara mengonsumsi makanan berisiko seperti makanan manis, minuman manis, makanan asin, makanan berlemak, jeroan, makanan dibakar/panggang, makanan yang diawetkan, minuman berkafein dan bumbu penyedap dengan status gizi, pada studi tersebut dapat dilihat remaja yang masuk kedalam kategori sering mengkonsumsi makanan berisiko, 12 kali berisiko mengalami gizi lebih dibandingkan dengan responden yang masuk kedalam kategori jarang. (Sitorus, Mayulu & Wantania, 2020) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan mengenai konsumsi minuman manis dan makanan manis dengan status gizi. Penelitian (Pratiwi, 2021, et al., 2021) menunjukkan bahwa remaja tergolong kelompok yang sering mengkonsumsi mie instan, bahkan beberapa remaja dapat mengkonsumsi lebih dari 1 bungkus mie instan dalam sekali makan dan penelitian yang dilakukan (Marendra et al, 2022) mengenai asupan garam yang

**Risya Amelia Ramadhany, 2023**

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN BERISIKO DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA 13 – 15 TAHUN DI DKI JAKARTA: ANALISIS DATA SEKUNDER RISKESDAS 2018**

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

terkandung dalam makanan asin yang sering dikonsumsi oleh remaja dapat mejadi faktor penyebab terjadinya kejadian obesitas.

Berdasarkan dari uraian diatas peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan sebuah penelitian berjudul “Hubungan Konsumsi Makanan Berisiko dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Usia 13-15 Tahun di DKI Jakarta”

## **I.2 Rumusan Masalah**

Pada masa remaja terjadi masa pertumbuhan dimana pada masa ini asupan yang dikonsumsi haruslah sesuai dengan kebutuhan hariannya, apabila asupan yang dikonsumsi kurang dari kebutuhan akan mengakibatkan remaja mengalami gizi kurang. Sedangkan apabila remaja yang mengkonsumsi makanan lebih dari kebutuhan akan berakibat mengalami gizi lebih atau obesitas. Seseorang yang pada masa pertumbuhan dan perkembangan memiliki status gizi obesitas beresiko tinggi mengalami penyakit tidak menular pada masa dewasanya nanti. Data Riskesdas tahun 2010 dan 2013 menunjukkan data prevalensi obesitas pada remaja di Indonesia sebesar 2,5%. Pada tahun 2018 prevalensi obesitas mengalami kenaikan, berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi penduduk remaja usia 13-15 tahun yang mengalami obesitas sebanyak 4,8% Provinsi DKI Jakarta memiliki prevalensi remaja 13-15 tahun dengan obesitas paling tinggi di Indonesia sebesar 10% dan angka ini di atas angka nasional 4,8%. Provinsi DKI Jakarta selalu masuk kedalam kategori 10 Provinsi dengan prevalensi obesitas tertinggi di Indonesia bahkan pada tahun 2018 DKI Jakarta menjadi Provinsi tertinggi prevalensi kejadian obesitas pada remaja berusia 13-15 tahun di Indonesia dengan angka sebesar 10%. Tingginya angka obesitas dapat disebabkan oleh faktor penyebab obesitas yang terbagi menjadi dua yaitu faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat diubah, faktor yang dapat diubah salah satunya yaitu pola makan. Di masa modern ini gaya hidup masyarakat berubah terutama masyarakat yang tinggal di wilayah perkotaan menjadi sering mengkonsumsi makanan yang berisiko tinggi menyebabkan obesitas seperti makanan dan minuman manis, makanan berlemak, asin, *soft drink*, makanan instan dan minuman berenergi.

**Risya Amelia Ramadhany, 2023**

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN BERISIKO DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA 13 – 15 TAHUN DI DKI JAKARTA: ANALISIS DATA SEKUNDER RISKESDAS 2018**

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

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

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

Penelitian ini memiliki tujuan umum untuk mengetahui hubungan antara Konsumsi Makanan Berisiko dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Usia 13-15 Tahun di DKI Jakarta.

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

- a. Mengetahui karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua dan kebiasaan merokok
- b. Mengetahui proporsi remaja usia 13-15 tahun di DKI Jakarta yang mengkonsumsi makanan berisiko (makanan dan minuman manis, makanan berlemak, asin, *soft drink*, makanan instan dan minuman berenergi.)
- c. Mengetahui hubungan antara konsumsi makanan berisiko dengan kejadian obesitas pada remaja usia 13-15 tahun di DKI Jakarta.
- d. Menganalisis variabel yang memiliki pengaruh paling dominan terhadap kejadian obesitas remaja usia 13-15 tahun di DKI Jakarta.

### **I.4 Manfaat penelitian**

#### **I.4.1 Bagi Peneliti**

Diharapkan bahwa penelitian ini akan meningkatkan pemahaman dan menjadi sumber pembelajaran bagi peneliti mengenai faktor-faktor yang berpotensi memengaruhi status gizi remaja usia 13-15 tahun. Selain itu, penelitian ini juga merupakan bagian dari tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas belajar di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

#### **I.4.2 Bagi LITBANGKES**

Dengan adanya penelitian ini peneliti berharap dapat memberikan informasi mengenai variabel yang paling dominan berhubungan dengan status gizi remaja usia 13-15 tahun di DKI Jakarta.

Risya Amelia Ramadhany, 2023

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN BERISIKO DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA 13 – 15 TAHUN DI DKI JAKARTA: ANALISIS DATA SEKUNDER RISKESDAS 2018**

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

#### **I.4.3 Bagi Masyarakat**

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai keterkaitan antara konsumsi makanan berisiko dengan status gizi remaja usia 13-15 tahun di DKI Jakarta.

#### **I.4.4 Bagi Ilmu pengetahuan**

Hasil penelitian ini akan dipublikasikan jurnal dengan harapan menambah referensi mengenai konsumsi makanan berisiko berhubungan dengan status gizi remaja usia 13-15 tahun.