

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa dikenal sebagai masa remaja yang berhubungan erat dengan cepatnya proses pertumbuhan dan perkembangan baik dalam aspek fisik, psikis, maupun kognitif yang berdampak langsung bagi status gizinya (Fikawati dkk. 2017). Status gizi remaja dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya jenis kelamin, aktivitas fisik, Pendidikan, pengetahuan, perilaku makan, kebiasaan konsumsi sayur dan buah, citra tubuh, kebiasaan merokok, keturunan, dan asupan makanan (Amraini dkk. 2020). Asupan makanan yang tidak seimbang dapat menimbulkan masalah gizi bagi remaja, seperti anemia, anoreksia nervosa, bulimia, KEK, dan gizi lebih (Damayanti dkk. 2017).

Gizi lebih merupakan permasalahan gizi yang kerap kali menimpa banyak anak remaja. Gizi lebih adalah kondisi ketika asupan kalori seseorang lebih tinggi daripada kalori yang dikeluarkan (Sagala & Noerfitri, 2021). Gizi lebih pada kalangan remaja terus meningkat setiap tahunnya. Prevalensi gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun pada tahun 2013 sebesar 7,3% (5,7% gemuk dan 1,6% obesitas) (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Sedangkan pada tahun 2018, prevalensi gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun yaitu sebesar 13,5% (9,5% gemuk dan 4,0% obesitas) (Kementerian Kesehatan RI 2018a). Prevalensi gizi lebih tertinggi terdapat di Provinsi DKI Jakarta. Mengacu pada data Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan bahwa sebesar 21,1% remaja usia 16-18 tahun di provinsi DKI Jakarta mengalami gizi lebih (12,8% gemuk dan 8,3% obesitas). Sedangkan di Jakarta Utara, remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi lebih sebesar 14,8% (11,08% gemuk dan 3,69% obesitas). Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa prevalensi gizi lebih di Jakarta Utara telah melewati angka nasional (Kementerian Kesehatan RI 2018b).

Gizi lebih di kalangan remaja termasuk masalah gizi serius yang perlu memerlukan perhatian. Remaja dengan gizi lebih berisiko mengalami obesitas dan penyakit degeneratif saat dewasa seperti penyakit diabetes melitus, hipertensi,

jantung coroner, diabetes melitus, kematian mendadak saat tidur (*sleep apnea*), kanker, serta memburuknya penyakit lain (Kementerian Kesehatan RI 2017). Gizi lebih dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu kebiasaan makan, rendahnya konsumsi buah dan sayur, rendahnya aktivitas fisik, perilaku sedentari, keturunan, dan besar uang saku (Destiani dkk. 2019).

Besar uang saku merupakan banyaknya jumlah uang yang diberikan sebagai tunjangan bagi anak dalam jangka waktu tertentu (Oktavianita & Wirjatmadi, 2020). Tingginya uang saku pada remaja meningkatkan kesempatan dalam mengonsumsi jajanan yang lebih sering. Penelitian oleh Rahman dkk. (2021) menyatakan bahwa besar uang saku secara signifikan berhubungan dengan kejadian gizi lebih. Penyebabnya adalah rerata remaja kerap kali memakai uang sakunya untuk membeli jajan. Pada penelitian ditemukan bahwa sebesar 30% uang saku dipakai untuk keperluan jajan saja. Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas uang saku yang diterima remaja dipakai untuk mengonsumsi jajanan.

Jajanan adalah makanan yang sering dijumpai di pinggir jalan dan disediakan dalam beragam warna, bentuk, ukuran, dan rasa, guna menarik perhatian dan minat orang untuk membelinya (Rahmi 2018). Berdasarkan Mudani dkk. (2018) diketahui bahwa konsumsi jajanan pada anak memiliki kontribusi kepada prevalensi status gizi lebih. Hal ini disebabkan oleh seringnya konsumsi jajanan yang biasanya mengandung tinggi gula, garam, dan lemak yang bisa menimbulkan peningkatan akumulasi lemak tubuh sehingga mengakibatkan kegemukan (Anggiruling dkk. 2019; Masri dkk. 2022).

Pengetahuan akan gizi juga turut berperan dalam kejadian gizi lebih di kalangan remaja. Penelitian Lestari (2020) menyatakan bahwa pengetahuan gizi secara signifikan berhubungan dengan status gizi remaja. Pengetahuan gizi yang baik akan meningkatkan kemampuan individu dalam memilih makanan. Individu yang pengetahuan gizinya kurang berisiko mengalami gizi lebih sebesar 47,438 kali (Fitriani dkk. 2020).

Berdasarkan penelitian Sari (2020) menyatakan bahwa prevalensi gizi lebih pada remaja di SMA yang terletak di Jakarta Utara tergolong tinggi yaitu sebesar 21,1%. Sekolah Menengah Atas Negeri Delapan Puluh Jakarta termasuk salah satu dari sekian sekolah yang berada di Jakarta Utara dan terletak di daerah perkotaan

sehingga pola konsumsi para siswanya telah dipengaruhi oleh gaya hidup dan makanan cepat saji. Berdasarkan studi pendahuluan, ditemukan bahwa SMAN 80 merupakan sekolah yang letaknya berdekatan dengan supermarket, mall, pasar, dan berbagai tempat makan/jajanan dibandingkan dengan tiga sekolah menengah atas lainnya yang telah diobservasi oleh peneliti serta belum adanya penelitian yang membahas hal serupa di lokasi penelitian. Berdasarkan besaran prevalensi gizi lebih yang tinggi di Jakarta Utara yaitu 21,1% (Sari 2020) dan adanya keterkaitan antara gizi lebih dengan pengetahuan gizi, besar uang saku, dan kebiasaan jajan berdasarkan penelitian terdahulu oleh (Mudani dkk. 2018; Lestari 2020; Rahman dkk. 2021), peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan pengetahuan gizi, besar uang saku, dan kebiasaan konsumsi jajanan terhadap status gizi lebih pada remaja di SMAN 80 Jakarta.

I.2 Rumusan Masalah

Gizi lebih pada kalangan remaja terus meningkat setiap tahunnya. Prevalensi gizi lebih pada usia 16-18 tahun pada tahun 2013 sebesar 7,3% (5,7% gemuk dan 1,6% obesitas) (Kementerian Kesehatan RI 2013). Sedangkan pada tahun 2018, prevalensi gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun yaitu sebesar 13,5% (9,5% gemuk dan 4% obesitas). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Mudani dkk. 2018; Lestari, 2020; Rahman dkk. 2021) menuturkan bahwa pengetahuan gizi, besar uang saku, dan kebiasaan konsumsi jajanan merupakan faktor yang dapat menyebabkan kejadian gizi lebih pada remaja. Oleh karenanya, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian mengenai hubungan pengetahuan gizi, besar uang saku, dan kebiasaan konsumsi jajanan terhadap kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 80 Jakarta.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi, besar uang saku, dan kebiasaan konsumsi jajanan terhadap kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 80 Jakarta.

I.3.3 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden menurut jenis kelamin dan usia.
- b. Mengetahui gambaran kejadian gizi lebih pada remaja di SMAN 80 Jakarta.
- c. Mengetahui gambaran pengetahuan gizi pada remaja di SMAN 80 Jakarta.
- d. Mengetahui gambaran besar uang saku dan persentase penggunaan uang saku pada remaja di SMAN 80 Jakarta.
- e. Mengetahui gambaran kebiasaan konsumsi jajanan pada remaja di SMAN 80 Jakarta
- f. Mengetahui hubungan pengetahuan gizi terhadap status gizi lebih pada remaja di SMAN 80 Jakarta.
- g. Mengetahui hubungan besar uang saku terhadap status gizi lebih pada remaja di SMAN 80 Jakarta.
- h. Mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi jajanan terhadap status gizi lebih pada remaja di SMAN 80 Jakarta.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Memberikan pengetahuan pada remaja agar dapat mencegah terjadinya gizi lebih dan memberikan informasi yang berkaitan pengetahuan gizi, penggunaan uang saku, dan kebiasaan konsumsi jajanan kepada remaja di SMAN 80 Jakarta.

I.4.2 Bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat perihal pentingnya pengetahuan akan gizi, pengaturan dalam pemberian uang saku kepada anak, serta pertimbangan terhadap uang yang akan dibelanjakan dan makanan yang akan dikonsumsi.

I.4.3 Bagi Sekolah

Dapat memberikan gambaran mengenai prevalensi gizi lebih pada siswa di sekolah tersebut. Diharapkan studi penelitian ini dapat meningkatkan upaya sekolah dalam memberikan pendidikan gizi kepada siswanya agar para siswa dapat memilih dan menerapkan diet yang seimbang dan sehat.

I.4.4 Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lainnya dalam mencari informasi terkait hubungan antara pengetahuan gizi, besar uang saku, dan kebiasaan konsumsi jajanan terhadap status gizi lebih pada remaja.