

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Di zaman modern ini, terdapat beragam pilihan makanan cepat saji yang menarik selera orang-orang untuk memenuhi kebutuhan makanan harian mereka. Fenomena ini terjadi terutama pada anak-anak yang pola konsumsi mereka perlahan digantikan oleh makanan cepat saji yang mengandung gizi yang rendah (*junk food*). *Junk food* menjadi sangat banyak diminati oleh masyarakat karena kemudahan, kepraktisan serta kelezatan rasanya (Tanjung et al., 2022).

*Junk food* merupakan istilah yang digunakan untuk merujuk kepada beberapa jenis makanan yang dianggap rendah nilai gizinya atau bahkan tidak mengandung gizi sama sekali serta mengandung bahan-bahan yang dianggap tidak sehat jika dikonsumsi secara rutin. Walaupun memiliki rasa yang menggugah selera, *junk food* memiliki kandungan yang tinggi akan lemak, garam, gula serta menggunakan bahan adiktif buatan yang berpotensi menyebabkan berbagai penyakit (Tanjung et al., 2022).

Dampak dari pengaruh budaya asing yang merambah ke Indonesia terutama dari negara-negara barat menyebabkan pergeseran makanan di kalangan masyarakat Indonesia. Makanan siap saji yang umumnya berasal dari negara barat menjadi contoh konkret dari dampak akibat adanya pengaruh budaya asing ke dalam

pola konsumsi masyarakat Indonesia. Seperti menjamurnya makanan siap saji yang mengandung *junk food* yang di Indonesia. Fenomena ini dapat terlihat dari kemunculan beragam pilihan makanan instan seperti hamburger, ayam krispi, pizza, kebab, minuman ringan, es krim dan sebagainya (Octaviani & Safitriani, 2022). Kemajuan ekonomi, perkembangan teknologi dan pengaruh barat berdampak pada banyak aspek perubahan terutama dalam hal perilaku konsumsi di kalangan masyarakat, terutama anak-anak yang lebih tertarik dengan *junk food* (Widyastuti & Sodik, 2018).

Aktifitas mengonsumsi makanan adalah kebutuhan harian yang penting untuk memperoleh nutrisi yang diperlukan bagi tubuh manusia dan merupakan kebutuhan dasar manusia yang paling utama. Terbentuknya kebiasaan konsumsi yang mana akan membentuk perilaku konsumsi secara berulang-ulang. Pola pemikiran masyarakat yang serba cepat menyebabkan manusia menginginkan segala sesuatunya menjadi serba instan (Munasiroh et al., 2019).

Anak usia sekolah merupakan generasi penerus bangsa. Anak usia sekolah merupakan harapan untuk memajukan bangsa. Mengingat pentingnya anak usia sekolah sebagai harapan terciptanya sumber daya yang lebih baik untuk masa depan bangsa, maka perlu ditanamkan sikap dan perilaku yang baik pada anak khususnya perilaku dalam memilih makanan (Karmilasari et al., 2022).

Salah satu indikator perilaku hidup sehat yang harus diperhatikan pada anak sekolah adalah mengkonsumsi makanan atau jajanan sehat di kantin sekolah yang dapat memberi arti dan manfaat apabila jenis makanan yang disediakan memiliki kandungan gizi tinggi, sehat dan layak dikonsumsi oleh anak sekolah untuk membentuk kualitas sumber daya manusia dan derajat kesehatan para anak didik (Iklima, 2018).

Pada masa anak-anak, dibutuhkan kalori dan protein yang tinggi. Anak-anak cenderung memiliki nafsu makan yang tinggi dan sering mengonsumsi makanan yang kaya akan karbohidrat. Kekurangan vitamin C dan vitamin A biasa terjadi karena kebiasaan anak dalam mengonsumsi camilan yang tidak sehat dan rendah gizi. Seringkali ahli gizi, dokter maupun penasihat kesehatan lain sering berupaya memberikan edukasi kepada masyarakat tentang makanan rendah gizi (*junk food*) serta mendorong mereka untuk menerapkan pola makan seimbang dengan makanan yang mengandung banyak zat gizi (Martony, 2018).

Banyak sekali masyarakat yang menyukai *junk food* karena disajikan dengan cepat tanpa harus menunggu lama. Khususnya bagi anak usia sekolah yang memiliki banyak aktifitas sosial dan cenderung menghabiskan waktu berinteraksi dengan teman sebaya. Seringkali banyak dijumpai sekelompok anak usia sekolah yang makan bersama di restoran atau kafe yang menyajikan makanan yang mengandung

*junk food*. Pemilihan makanan pada anak-anak umumnya dipengaruhi sejumlah faktor, seperti pengetahuan, uang saku, cita rasa yang enak, pengaruh dari teman sebaya, harga terjangkau serta mudahnya akses ke sumber makanan tersebut (Octaviani & Safitriani, 2022).

Data Riset Kesehatan Dasar Nasional menyatakan bahwa mayoritas anak di Indonesia di tahun 2018 mempunyai perilaku konsumsi yang tidak sehat seperti mengonsumsi makanan manis sebanyak 40,1%, mengonsumsi minuman manis sebanyak 61,27%, mengonsumsi makanan asin sebanyak 43,0% dan mengonsumsi makanan berlemak sebanyak 45,0% (Kemenkes RI, 2018).

Walaupun *junk food* memiliki cita rasa yang menggugah selera, namun kandungan gizi di dalamnya tergolong rendah dan tinggi akan kalori. Menurut Lubis, *junk food* merupakan jenis makanan yang rendah akan nilai gizi. Zat gizi memiliki peran yang sangat penting untuk memelihara proses tubuh dalam pertumbuhan dan perkembangan yang sehat, khususnya bagi anak-anak yang sedang mengalami masa pertumbuhan (Lubis, 2018).

*Junk food* yang memiliki kandungan tidak seimbang termasuk tingginya kadar karbohidrat, kolestrol, garam dan lemak menjadikannya sebagai jenis makanan yang tidak disarankan untuk rutin dikonsumsi. *Junk food* pada umumnya diproduksi oleh industri makanan yang memiliki teknologi modern serta menggunakan zat aditif untuk memiliki rasa yang lezat dan pengawet untuk memastikan

produk tersebut memiliki masa penyimpanan yang lama sehingga apabila dikonsumsi secara berlebihan dan rutin berpotensi mengakibatkan kelebihan berat badan atau obesitas dan menurunkan fungsi kognitif (Saleh, 2019).

WHO (*World Health Organization*) melaporkan bahwa tahun 2019, sekitar 38,3 juta anak di dunia mengalami *overweight* (kelebihan berat badan). Prevalensi tinggi terjadi di Negara-negara di Asia Timur sebesar 5,7 juta anak mengalami *overweight* (kelebihan berat badan). Di Asia tenggara angka terdapat 4,2 juta anak yang mengalami *overweight* (kelebihan berat badan) dan salah satu faktor pemicunya adalah perilaku konsumsi (UNICEF et al., 2020).

Menurut laporan dari UNICEF (*United Nations International Children's Emergency Fund*), sekitar 7,6 juta (20%) anak usia sekolah dan 3,3 juta (14,8%) remaja serta 64,4 juta (35,5%) orang dewasa di Indonesia mengalami kelebihan berat badan (UNICEF, 2019).

Konsumsi *junk food* yang berlebihan merupakan salah satu faktor penyebab obesitas. Obesitas atau kelebihan berat badan adalah penyebab utama bagi penyakit kronis, seperti penyakit jantung, diabetes, stroke, tekanan darah tinggi dan kanker yang umumnya menjadi penyebab kematian paling umum di dunia (WHO, 2019).

Penelitian Amalia, pada tahun 2018 menemukan adanya hubungan antara frekuensi *junk food* dengan kejadian kelebihan gizi. Menurutnya, adanya hubungan frekuensi konsumsi *junk food* terhadap

kejadian kelebihan gizi pada siswa SD (sekolah dasar) dikarenakan oleh perilaku makan yang tidak sehat serta dampak dari lingkungan sekeliling siswa, seperti ketersediaan dan akses yang mudah untuk memperoleh *junk food*. Kejadian gizi lebih terhadap anak yang sering mengonsumsi *junk food* memiliki resiko dua kali lipat lebih besar mengalami kelebihan gizi jika dibandingkan terhadap anak-anak yang jarang mengonsumsi *junk food* (Nur Amalia et al., 2018).

Hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 di Indonesia mengemukakan prevalensi status gizi (IMT menurut umur) pada anak yang berusia 5 hingga 12 tahun yang tercatat obesitas sekitar 9,2% dibandingkan dengan anak usia 13-18 tahun yang tercatat obesitas sebanyak 8,8%. Di Provinsi Sulawesi Selatan terdapat 6,5% anak usia sekolah dasar tercatat mengalami obesitas, sedangkan anak usia sekolah menengah sebanyak 6,8% anak. Penyebab umumnya diakibatkan oleh perilaku konsumsi. Dengan demikian, dapat diketahui bahwa prevalensi obesitas yang paling tinggi terdapat pada anak dengan rentang usia sekolah dasar, sedangkan kelompok usia yang berisiko terkena kelebihan gizi yaitu kelompok usia sekolah (Kemenkes RI, 2018).

Menurut peneliti berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan di SD Inpres Toddopuli 01, ditemukan hasil bahwa terdapat 10 anak mengalami kelebihan berat badan. Di lingkungan sekolah ini terdapat penjual jajanan yang menyediakan berbagai jenis makanan yang

kurang sehat dan mempunyai gizi yang rendah. Jenis makanan yang sering kali dibeli dan dikonsumsi siswa-siswi tersebut adalah goreng-gorengan, telur gulung, sosis, bakso bakar, kentang goreng, burger, kebab dan lain-lain.

Berdasarkan uraian sebelumnya peneliti bermaksud ingin melaksanakan penelitian terkait Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi *Junk Food* pada Siswa SD Inpres Toddopuli 01.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres 01 Toddopuli Kota Makassar?
2. Apakah terdapat hubungan antara uang saku dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres 01 Toddopuli Kota Makassar?
3. Apakah terdapat hubungan antara mudah akses dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres 01 Toddopuli Kota Makassar?
4. Apakah terdapat hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres 01 Toddopuli Kota Makassar?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi *Junk Food* pada Siswa SD Inpres Toddopuli 01 Kota Makassar.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres Toddopuli 01 Kota Makassar.
- b. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan uang saku dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres Toddopuli 01 Kota Makassar.
- c. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan mudah akses dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres Toddopuli 01 Kota Makassar.
- d. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres Toddopuli 01 Kota Makassar.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat dan lembaga kesehatan terutama bagi mahasiswa. Selain itu, dari segi akademik penelitian ini memiliki manfaat dalam meningkatkan pemahaman yang terkait faktor-

faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres Toddopuli 01 Kota Makassar.

## 2. Manfaat Teoritis

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat berfungsi sebagai bukti nyata yang berkenaan dengan faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada siswa SD Inpres Toddopuli 01 Kota Makassar.

## 3. Manfaat Untuk Peneliti

Diharapkan bahwa penelitian ini bisa meningkatkan pemahaman dan juga pengetahuan sehingga dapat digunakan untuk melakukan dan mengembangkan penelitian serta dapat menerapkan ilmu yang diperoleh.