

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masadewasa, yang meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Remaja adalah individu Jarang perempuan maupun laki- laki yang berada pada usia antara anak-anak dan dewasa. *World Health Organization (WHO)* menyatakan bahwa rentang usia remaja 10-19 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menyatakan bahwa remaja adalah pada rentang usia 10-24 tahun dan belum menikah (Kemenkes, 2018).

Remaja membutuhkan asupan zat gizi yang lebih besar daripada masa anak- anak, namun pada kenyataannya remaja cenderung melakukan perilaku makan yang salah yaitu zat gizi yang diasup tidak sesuai dengan kebutuhan atau rekomendasi diet yang dianjurkan. Masa remaja ditandai dengan pertumbuhan dan perubahan fisik salah satu perubahan fisik adalah berubahnya bentuk tubuh atau kegemukan. Kegemukan dianggap sebagai “momok” bagi seorang individu karena selain dapat berdampak langsung bagi kesehatan, juga sangat mengganggu penampilan fisik. Terlebih bagi para remaja yang memulai memikirkan penampilan fisik (Wulandari et al.,2018).

Kegemukan merupakan keadaan dimana terjadi penumpukan atau penimbunan lemak tubuh yang berlebihan akibat terjadinya ketidakseimbangan dalam asupan nutrisi (*intake*) dengan pemakaian

(*Expenditure*) energi oleh seseorang, sehingga berat badan tubuh seseorang jauh diatas normal (Iswara & Saraswati, 2017).

Penetrasi makanan *Ultra Processed Food* (Makanan Ultra Olahan) dalam sistem makanan telah dihipotesiskan sebagai kontributor utama peningkatan kelebihan berat badan dan obesitas secara global. Seperti yang didefinisikan oleh sistem klasifikasi makanan NOVA, *Ultra Processed Food* (Makanan Ultra Olahan) adalah formulasi zat makanan dengan sedikit jika ada makanan utuh dan yang biasanya mengandung tambahan rasa, warna, dan aditif kosmetik lainnya. Analisis data dari survei diet perwakilan nasional yang dilakukan di beberapa negara menunjukkan bahwa konsumsi makanan *Ultra Processed Food* secara sistematis dikaitkan dengan profil nutrisi makanan yang meningkatkan risiko obesitas dan penyakit tidak menular (PTM) pada populasi orang dewasa. Tiga studi kohort yang dilakukan dengan hati-hati dan satu uji coba terkontrol secara acak telah menunjukkan bukti yang menghubungkan konsumsi makanan *Ultra Processed* dengan obesitas dan penambahan berat badan pada orang dewasa, sementara ada bukti yang cukup konsisten yang menunjukkan bahwa makanan *Ultra Processed Food* mungkin terlibat dalam etiologi obesitas pada masa kanak-kanak, mempengaruhi komposisi tubuh dari waktu ke waktu, dan dalam perkembangan faktor risiko penyakit kardiometabolik. Konsumsi makanan *Ultra Processed Food* dapat berkontribusi pada penambahan berat badan dan obesitas melalui profil nutrisi makanan yang tidak menguntungkan, terutama kepadatan energi yang tinggi dan bebas gula

serta makanan rendah serat yang menjadi perhatian kesehatan masyarakat yang dicakup oleh pedoman internasional (Neri et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (wahyuni & Diansalsabila, 2021) bahwa untuk kegemukan, didominasi oleh jenis kelamin perempuan yakni sebanyak 48 orang, dan umur paling banyak adalah 18 tahun. Sedangkan untuk IMT, sebagian besar didominasi pada kategori normal (18,5 — 22,9) yaitu sebanyak 38,2%, obesitas kelas 1 (25 – 29) sebesar 23,5% dan overweight (23 – 24,9) sebesar 20,6%.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) secara nasional prevalensi kegemukan pada remaja putri umur 13-15 tahun yakni 11.7% dan obesitas sebanyak 4.3%, sedangkan prevalensi kegemukan pada remaja putri umur 16-18 tahun yaitu 11.4% dan obesitas sebanyak 4.5%. Selain itu, berdasarkan laporan provinsi Sulawesi Selatan, prevalensi kegemukan pada remaja putri umur 13-15 tahun yakni 10.84% dan obesitas sebanyak 3.86%, sedangkan prevalensi kegemukan pada remaja putri umur 16-18 tahun yaitu 9.48% dan obesitas sebanyak 2.83%. Di Kota Makassar prevalensi kegemukan pada remaja umur 13-15 tahun yakni 17.67% dan obesitas sebanyak 9.42%. Kemudian, prevalensi kegemukan pada remaja umur 16-18 tahun yaitu 11.77% dan obesitas sebanyak 3.44% (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan pada tanggal 19 januari 2022 di SMK-SMAK Makassar terhadap 30 siswi dengan cara pengukuran berat badan dan tinggi badan diperoleh data bahwa sebanyak 15 (50,0%) siswi dengan kategori normal, kegemukan atau

overweight sebanyak 11 (36,7%) dan 4 (13,3%) siswi dengan kategori obesitas. SMK-SMAK Kota Makassar memiliki proses kegiatan belajar yang sangat padat sehingga siswi dari sekolah tersebut memiliki peluang yang cukup besar untuk konsumsi fast food sehingga memicu pola makan yang tidak seimbang dan sekitar sekolah juga terdapat banyak penjual makanan cepat saji.

Penelitian ini berdasarkan kejadian kegemukan pada remaja putri yang masih tinggi dimana remaja putri masih sering mengonsumsi makanan cepat saji sehingga peneliti ini melakukan penelitian mengenai “ Pengaruh Konsumsi Makanan *Ultra Processed* Terhadap Kejadian Kegemukan pada Remaja Putri di SMK-SMAK Makassar “

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana Pola Konsumsi Minuman *Ultra Processed Ultra Processed* pada anak remajaputri di SMK-SMAK Makassar
2. Bagaimana Pola Konsumsi Makanan *Ultra Processed Ultra Processed* pada anak remajaputri di SMK-SMAK Makassar
3. Apakah terdapat pengaruh Pola Konsumsi Minuman *Ultra Processed Ultra Processed* dengan kegemukan pada anak remaja putri di SMK-SMAK Makassar
4. Apakah terdapat pengaruh Pola Konsumsi Makanan *Ultra Processed Ultra Processed* dengan kegemukan pada anak remaja putri di SMK-SMAK Makassar

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Untuk mengetahui pengaruh konsumsi *Ultra Processed Food* terhadap kejadian kegemukan pada remaja putri di SMK – SMAK Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran Pola Konsumsi Minuman *Ultra Processed Food* pada anak remaja putri di SMK-SMAK Makassar
- b. Mengetahui gambaran Pola Konsumsi Makanan *Ultra Processed Food* pada anak remaja putri di SMK-SMAK Makassar
- c. Mengetahui pengaruh Pola Konsumsi Minuman *Ultra Processed Food* dengan kegemukan pada anak remaja putri di SMK-SMAK Makassar
- d. Mengetahui pengaruh Pola Konsumsi Makanan *Ultra Processed Food* dengan kegemukan pada anak remaja putri di SMK-SMAK Makassar

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang diharapkan dengan dilaksanakannya penelitian ini antara lain:

A. Manfaat Bagi Peneliti

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memperdalam pengetahuan tentang pengaruh *Ultra Processed Food* terhadap kejadian kegemukan.

B. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan atau sumber ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan atau sebagai referensi dalam penelitian-penelitian selanjutnya yang sejenis.

C. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan akan menghasilkan informasi yang bermanfaat sebagai bahan masukan dan pertimbangan bagi pihak SMK-SMAK Makassar.