

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Dengan perkembangan zaman serta kemajuan teknologi yang pesat, sehingga menjadi mudahnya manusia dalam melaksanakan segala suatu. Terjadi pula pergantian pola serta gaya hidup manusia disaat ini. Kita bisa melihat salah satu contohnya ialah semakin maraknya masakan siap saji ataupun biasa disebut junk food maupun *fast food* ataupun yang kerap terdengar dengan istilah makanan instant. Pada zaman dulu peranan masakan *fast food* untuk para nenek moyang kita belum ada, karna pada zaman dulu mereka lebih memilih menanam ataupun beternak sendiri guna penunjang pangan yang mereka butuhkan. Tidak cuma sekedar buat penunjang pangan namun mereka juga bisa menjualnya sebagai penambah pemasukan. Dari tahun ke tahun bisa dirasakan pertumbuhan jenis- jenis makanan terutama di negeri kita sendiri yang tumbuh dengan pesat, salah satunya masakan *fast food* karna pengaruh akan makanan luar negeri yang di perkenalkan di Indonesia serta cocok dengan selera orang Indonesia. (Sutrisno, dkk 2018)

Di era globalisasi saat ini, perkembangan bisnis dan dunia usaha berkembang sangat pesat, yang membawa banyak peluang dan tantangan. Hal ini diikuti dengan perubahan pola hidup manusia yang sangat cepat, membuat manusia menginginkan apapun mulai dari barang hingga makanan

dengan segera. Maka tidak heran jika saat ini orang lebih suka makan makanan cepat saji. (Janah, 2019)

Saat ini kesibukan masyarakat terhadap pemenuhan kebutuhannya semakin meningkat sehingga menyebabkan masyarakat mengabaikan kesehatannya dengan mengkonsumsi makanan cepat saji yang tidak sesuai dengan pola hidup sehat. Jenis makanan cepat saji yang paling disukai adalah makanan cepat saji restoran seperti hamburger, pizza, ayam goreng, kentang goreng, dan soda, karena makanan jenis ini rasanya enak, tampilannya menarik dan aromanya menggugah selera, serta ekonomis. dan harga yang relatif murah menarik konsumen untuk mengkonsumsinya. (Aulia et al., 2018)

Fenomena *fast food* ini juga terlihat dengan munculnya berbagai gerai *fast food* yang bermunculan di pinggir jalan. Seperti nasi goreng, ayam goreng tepung, sosis bakar, bakso bakar, dan soda. Mereka menjual makanan murah dan sederhana dengan konsep yang bagus. Sehingga makanan cepat saji tidak lagi dianggap makanan mahal dan hanya untuk golongan tertentu saja. Hal ini membuat perkembangan konsumen *fast food* menjadi beragam. Masyarakat biasa bisa menikmatinya hanya dengan membeli gorengan pinggir jalan atau jajanan pinggir jalan lainnya. Ada banyak jenis makanan cepat saji, di antaranya makanan yang disajikan langsung sebagai jajanan pinggir jalan, serta beberapa restoran cepat saji yang lebih unik. Beberapa restoran cepat saji bermunculan yang menawarkan berbagai kemudahan baik

dari segi penyajian, harga dan hal-hal menarik lainnya yang ditawarkan. (Daulay, 2014)

Menurut survei yang dilakukan oleh AC Nilsen (2008), 69% penduduk perkotaan Indonesia mengkonsumsi makanan cepat saji. Artinya, 33% mengatakan makan siang waktu yang tepat untuk makan di restoran cepat saji, dan 25% mengatakan makan malam. 9% mengatakan itu adalah makanan ringan. 2% memilihnya untuk sarapan.

Obesitas remaja adalah 80% kali lebih mungkin untuk menjadi gemuk daripada orang dewasa, jadi penting untuk mempertimbangkannya. Remaja yang mengalami obesitas seumur hidup berisiko lebih tinggi terkena beberapa penyakit serius, termasuk penyakit kardiovaskular, stroke, diabetes, asma, dan berbagai jenis kanker. (Suryaputra, 2012).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2009) menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada remaja usia 13-15 tahun adalah 2,9% dan wanita 2,0%, sedangkan umur 16-18 tahun 1,3,% dan 1,5%. Berdasarkan data Riskesdas 2013, prevalensi obesitas pada remaja usia 16-18 tahun sebesar 7,3%, terdiri dari obesitas 5,7% dan obesitas 1,6%. Obesitas lebih sering terjadi pada wanita daripada pria. (Hernandez, 2017)

Menurut Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2016, prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada remaja adalah 19,1%. Daerah Istimewa Yogyakarta adalah salah satu dari 15 provinsi dengan prevalensi kelebihan berat badan yang serius lebih dari 7,6% secara nasional.

Kota Yogyakarta memiliki angka obesitas lebih banyak dibandingkan kabupaten lain, dengan prevalensi 4,81%.

Diperkirakan pertumbuhan akan terus berlanjut seiring dengan meningkatnya konsumsi makanan cepat saji di Indonesia. Penampilan restoran jenis ini, lokasi, jenis dan rasa makanan, penataan, sistem pelayanan, dan lain-lain, dan beberapa orang memberikan kesan bahwa citra restoran mewah atau kedudukan tertinggi. Bagi konsumen yang datang ke restoran jenis ini untuk makan, mereka sedikit tidak terpengaruh dan sering datang kembali berbelanja.

Hal tersebut diperkirakan akan semakin berkembang sesuai dengan meningkatnya tingkat konsumsi makanan *fast food* di Indonesia. Tampilan restoran semacam ini, mulai dari lokasi, jenis dan rasa makanan, penataan, sistem pelayanan, dan sebagainya membawa kesan bagi sebagian orang bahwa citra restoran tersebut mewah atau bergengsi. Sehingga bagi konsumen yang datang dan makan di restoran semacam ini, sedikit tidak akan terpengaruh dan tidak jarang datang kembali untuk melakukan pembelian.

*Fast food* adalah istilah informal yang digunakan untuk menyebut makanan tertentu yang dianggap sedikit atau tidak memiliki nilai gizi, yang memiliki nilai gizi tetapi juga mengandung bahan yang dianggap tidak sehat jika dimakan secara teratur, atau yang dianggap tidak sehat untuk dikonsumsi. Industri makanan modern telah berhasil meyakinkan masyarakat bahwa mereka mendapatkan nilai gizi dari makanan olahan, tetapi mereka tidak. Secara selera, *junk food* yang tinggi lemak, garam, dan gula, termasuk

zat aditif dan zat adiktif sintetis, dapat menyebabkan banyak penyakit ringan hingga berat, seperti obesitas, diabetes, rematik, tekanan darah tinggi, serangan jantung, stroke dan kanker. Penyakit degeneratif saat ini tidak hanya menyerang orang tua tetapi juga anak muda. (Sutrisno, dkk 2018)

Aktivitas manusia mengkonsumsi makanan dalam kehidupan sehari-hari sebagai pemuasan kebutuhan ini membentuk kebiasaan konsumsi. Kebiasaan konsumsi adalah pola perilaku konsumsi makanan yang dicapai melalui pengulangannya. Perilaku seseorang terdiri dari tiga hal, yaitu pengetahuan, sikap dan tindakan. Ketiga hal tersebut merupakan bagian dari perilaku seseorang saat mengkonsumsi makanan. Kemajuan pesat dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi telah menyebabkan peningkatan taraf hidup dan kualitas hidup masyarakat di perkotaan dan pedesaan, yang telah menyebabkan perubahan gaya hidup modern, termasuk makan tinggi kalori, tinggi lemak, tinggi kolesterol, makanan tinggi garam dan rendah serat. Merokok, minum alkohol, dll. (Janah, 2019)

Tergantung pada pola makan remaja, makanan cepat saji dipilih karena jadwal belajar atau aktivitas yang sibuk, begadang (di malam hari), dan bermalas-malasan untuk sarapan. Selain itu, pada masa remaja, pemilihan makanan tidak lagi berdasarkan kandungan gizi, tetapi juga untuk bersosialisasi, bersenang-senang dan tidak kehilangan status. Oleh karena itu, mereka memilih makanan cepat saji karena cepat disajikan, sehingga menghemat waktu, dapat disajikan kapan saja, di mana saja, tempatnya

higienis, harganya terjangkau dan jenis makanannya enak masakan bergensi, masakan modern, juga makanan gaul. untuk anak-anak.

Berdasarkan pola makan remaja, makanan cepat saji dipilih karena banyaknya rencana atau kegiatan, bangun terlambat, dan malas sarapan. Selain itu, pilihan makanan remaja tidak lagi didasarkan pada nilai gizi, tetapi untuk sosialisasi, kenikmatan, dan supaya tidak kehilangan status. Oleh karena itu, mereka memilih makanan cepat saji. Karena penyajiannya cepat, hemat waktu, bisa dihidangkan kapan saja, di mana saja, lokasi yang higienis dan disajikan, harga terjangkau, jenis makanan berselera tinggi, makanan kelas atas, makanan modern, juga makanan gaul untuk anak muda. (Lutfi, 2011)

Menurut Almatsir (2002: 4), pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hal kesehatan yang optimal. Pengetahuan nutrisi mencakup pengetahuan tentang pemilihan yang benar dan konsumsi sehari-hari, serta kontribusi semua nutrisi yang diperlukan untuk fungsi normal organisme. Misalnya, orang yang peduli dengan kesehatannya cenderung mengonsumsi makanan sehat dibandingkan makanan cepat saji. Tingkat pengetahuan seseorang berbeda-beda. Hal ini menentukan sikap dan tindakan seseorang untuk menentukan makanan apa yang mereka makan. Sikap seseorang yang memiliki pengetahuan gizi makanan yang baik cenderung lebih berhati-hati terhadap makanan yang harus dimakannya.

Peneliti Amalia (2018), menunjukkan tingkat pengetahuan siswa kelas X SMK Muhammadiyah 9 Medan tentang konsumsi makanan cepat saji (*fast*

*food*). Pengetahuan remaja tentang konsumsi makanan cepat saji pada kategori cukup (65,7%), sikap remaja pada kategori positif (83,6%) dan tindakan remaja pada kategori cukup yaitu (67,2%).

Peneliti Janah (2016) menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan yang bermakna antara kedua variabel penelitian, dapat dilihat dari pengetahuan siswa terhadap makanan cepat saji dapat dikategorikan baik sebesar (32,1%). Sikap siswa dalam mengkonsumsi makanan cepat saji termasuk dalam kategori kurang (67,3%). Hasil penelitian juga menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap terhadap fast food dengan kebiasaan konsumsi fast food.

SMA N 2 Banguntapan merupakan salah satu sekolah terletak di Dusun Glondong, Wirokerten, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta. Populasi kelompok remaja usia 15-18 tahun lebih banyak didominasi pada kelompok usia setingkat SMA, hal ini yang menjadi salah satu alasan peneliti memilih SMA N 2 Banguntapan Bantul Yogyakarta.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran Pengetahuan Dan Perilaku Konsumsi Makanan Siap Saji (*Fast Food*) Pada Remaja di SMA Negeri 2 Banguntapan Bantul Yogyakarta”, dimana dalam penelitian ini tidak hanya mengetahui seberapa besar pengetahuan remaja yang menjadi responden penelitian tetapi juga melihat seberapa jauh perilaku mereka terhadap pemilihan makanan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan siap saji (*fast food*) pada remaja di SMA Negeri 2 Banguntapan Bantul Yogyakarta.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Tujuan Umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan siap saji (*fast food*) pada remaja di SMA Negeri 2 Banguntapan Bantul Yogyakarta?

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengetahuan pada remaja tentang konsumsi makanan siap saji (*fast food*) di SMA Negeri 2 Bantul Yogyakarta.
- b. Untuk mengetahui perilaku remaja tentang konsumsi makanan siap saji (*fast food*) di SMA Negeri 2 Banguntapan Bantul Yogyakarta.

## **D. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini mencakup bidang gizi masyarakat yaitu penelitian yang dilakukan di masyarakat tentang Gambaran Pengetahuan Dan Perilaku Konsumsi Makanan Siap Saji (*Fast Food*) Pada Remaja di SMA Negeri 2 Banguntapan Bantul Yogyakarta.

## **E. Manfaat**

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, adalah:

### 1. Bagi Subjek Penelitian

#### a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang konsumsi makanan cepat saji (*fast food*).

#### b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian kesehatan

#### c. Bagi Bidang Pendidikan

Sebagai bahan rujukan dalam melakukan penelitian lebih lanjut, serta menambah wawasan bagi para mahasiswa.

## **F. Keaslian Penelitian**

1. Ariyana & Astiningsih (2020) dengan judul “Hubungan Pengetahuan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda”. Desain penelitian ini menggunakan deskriptif korelasi dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu, teknik stratified random sampling. Adapun hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan nilai p-value  $0,000 < 0,05$ . Nilai korelasi sebesar 0,358 menunjukkan arah positif dengan kekuatan korelasi rendah yang artinya semakin baik pengetahuan maka semakin

jarang konsumsi makanan cepat saji (fast food) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda.

Perbedaan : cara pengambilan sampel menggunakan teknik stratified random sampling

Persamaan : menggunakan subjek penelitian yang sama yaitu siswa-siswi SMA

2. Sinulingga (2021) “Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara”. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross sectional dengan menggunakan teknik probability sampling yaitu proportionate stratified random. Adapun hasil dari penelitian ini adalah tidak ditemukan hubungan antara status gizi dengan pengetahuan  $p=0,778$ , tidak ditemukan pula hubungan antara status gizi dengan sikap  $p=0,417$  namun ditemukan hubungan antara status gizi dengan perilaku responden  $p=0,023$ , makanan yang sering dikonsumsi oleh responden yaitu chicken nugget dan yang jarang yaitu fried chicken, dan yang memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dengan kategori jarang yaitu 43 responden (50,6%) dengan status gizi normal, responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 72 responden (84,7%), sikap yang baik 75 responden (88,2%) serta memiliki perilaku yang kurang baik yaitu 48 responden (56,5%).

Perbedaan : merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross sectional dengan menggunakan teknik probability sampling yaitu proportionate stratified random, dan subjek yang diteliti mahasiswa fakultas kedokteran.

Persamaan : pengambilan data menggunakan kuesioner.