

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Tingginya prevalensi penyakit tidak menular membawa dampak terhadap menurunnya produktivitas dan gangguan pada pemenuhan aktivitas sehari-hari. WHO menunjukkan bahwa PTM merupakan penyebab utama kematian di dunia, yang mewakili 63% dari semua kematian tahunan. PTM membunuh lebih dari 36 juta orang setiap tahun. Menurut Dinas Kesehatan D.I. Yogyakarta (2022) jumlah kasus Diabetes Mellitus di Yogyakarta mencapai 78.004 penderita dan Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul menyatakan prevalensi angka kejadian DM di Bantul pada tahun 2022 sebesar 30,2%. Sedangkan menurut data terbaru Puskesmas Pundong tahun 2023 penderita DM insulin mencapai 4.053 penderita. Selain itu penyakit Hipertensi juga menjadi PTM tertinggi dengan jumlah 87.206 penderita menurut data Dinkes Bantul tahun 2023. Begitu juga dengan di wilayah kerja Puskesmas Pundong tahun 2023, penyakit Hipertensi menjadi urutan pertama dari 10 penyakit teratas dengan jumlah 5.842 penderita. Kemudian menurut Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi stroke berdasarkan diagnose dokter pada kelompok umur 65 tahun keatas menunjukkan 76,7%. Angka kejadian stroke diwilayah DIY sebesar 11,4% jauh lebih tinggi dibandingkan dengan kejadian stroke secara nasional sebesar 8,3 %. Penyakit tidak menular muncul dari kombinasi faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang dapat

dimodifikasi. Faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi oleh individu adalah usia, jenis kelamin, dan genetika. Sedangkan faktor risiko yang dapat dimodifikasi adalah faktor yang dapat diubah melalui kesadaran individu itu sendiri dan intervensi sosial (Alifariki, 2015).

Seiring berjalannya waktu dunia kuliner, makanan dan minuman berkembang dengan cepat dan semakin diminati oleh remaja. Remaja biasanya menyukai makanan manis-manis, gurih, pedas, dan berminyak dengan banyak gula, garam, dan lemak. Contoh makanan atau minuman kekinian saat ini adalah boba, teh jumbo, kopi, susu rasa, dan bubuk perasa lainnya, yang tentunya mengandung jumlah gula yang berlebihan di atas batas konsumsi harian. Selanjutnya, makanan cepat saji, junk food, makan dengan bumbu, seblak, bakso aci, dan gorengan juga tentunya mengandung jumlah garam dan lemak yang berlebihan di atas batas konsumsi harian. Komposisi jajanan saat ini banyak mengandung tinggi gula, garam, tinggi lemak jenuh, rendah serat dan rendah zat gizi mikro sehingga berdampak negatif terhadap kesehatan (Santi, 2023).

Hasil analisis Survei Konsumsi Makanan Individu, menunjukkan bahwa 3 dari 10 orang di Indonesia (29,7%) mengkonsumsi gula, garam, dan lemak melebihi dari rekomendasi. Hal ini berarti bahwa konsumsi gula, garam, dan lemak berada pada situasi yang krisis karena 30 persen penduduk Indonesia setara dengan 77 juta orang asupannya sudah melebihi dari rekomendasi per hari (Atmarita, 2017). Kelompok remaja, yang berusia 13-18 tahun, cenderung mengonsumsi lebih banyak GGL (Gula, Garam, dan

Lemak) daripada kelompok umur lainnya. Konsumsi gula berlebihan sebanyak 53,1%, konsumsi garam berlebih sebanyak 26,2%, dan konsumsi lemak berlebih sebanyak 40,7% (Zubaidah, 2020). Kementerian Kesehatan RI (Kemkes) menyarankan batas konsumsi gula, garam, dan lemak per hari sebesar 50 gram (4 sendok makan) gula, 2000 miligram natrium/sodium atau 5 gram garam (1 sendok teh), dan 67 gram lemak (5 sendok makan). Untuk mudah diingat rumusannya yaitu G4 G1 L5.

Berdasarkan uraian di atas, tingginya prevalensi penyakit tidak menular di Indonesia umumnya disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak sehat pada usia muda. Seiring berjalan waktu, makanan dan minuman terus berkembang, sehingga kesempatan untuk makanan/minuman tidak sehat (tinggi GGL) juga semakin banyak. Oleh karena itu, peneliti tertarik meneliti “Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Konsumsi Gula Garam Lemak (GGL) Pada Makanan/Minuman Kekinian Remaja” untuk mengetahui pengetahuan dan perilaku konsumsi GGL pada remaja.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu : “Bagaimana Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Konsumsi Gula Garam Lemak (GGL) Pada Makanan/Minuman Kekinian Remaja di Kalurahan Panjangrejo?”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan konsumsi gula garam lemak (GGL) pada makanan/minuman kekinian remaja di Kalurahan Panjangrejo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan mengenai gula garam lemak (GGL) pada makanan/minuman kekinian remaja di Kalurahan Panjangrejo.
- b. Mengetahui tingkat sikap mengenai gula garam lemak (GGL) pada makanan/minuman kekinian remaja di Kalurahan Panjangrejo.
- c. Mengetahui tingkat konsumsi gula garam lemak (GGL) pada makanan/minuman kekinian remaja di Kalurahan Panjangrejo

D. Ruang lingkup penelitian

Menurut segi keilmuan, penelitian yang dilakukan adalah penelitian bidang gizi masyarakat.

E. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memperkaya literatur yang ada tentang konsumsi GGL.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sasaran

Penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang dampak konsumsi GGL terhadap kesehatan mereka. Hal ini juga dapat mendorong perubahan sikap positif dalam memilih makanan dan minuman yang lebih sehat.

b. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan konsumsi gula garam lemak (GGL) pada makanan/minuman kekinian remaja di Kalurahan Panjangrejo

F. Keaslian penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Atmarita, dkk (2017) dengan judul “Asupan Gula, Garam, dan Lemak di Indonesia” dalam penelitian tersebut peneliti ingin mengetahui asupan gula, garam, dan lemak penduduk Indonesia yang melebihi rekomendasi WHO. Dengan didasari oleh angka penyakit tidak menular semakin meningkat, sementara penyakit menular masih cukup dominan. Peneliti menganalisis konsumsi gula, garam, dan lemak dengan data Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) tahun 2014. Sampel penelitian tersebut menggunakan sub sampel dari riskesdas 2013 dengan subjek ibu rumah tangga. Hasil penelitiannya konsumsi GGL menunjukkan hasil yang memprihatinkan karena 30% penduduk setara dengan 77 juta orang mengonsumsi melebihi rekomendasi per hari. Pemerintah harus

segera mengambil kebijakan untuk mengurangi konsumsi GGL berlebih sebagai antisipasi prevalensi risiko penyakit PTM yang semakin meningkat. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada metode pengambilan data dengan menggunakan kuesioner dan frekuensi konsumsi makanan/minuman tinggi GGL. Selain itu, dari segi populasi dan sampel yang diambil, penelitian ini hanya mengambil populasi Desa/Dusun bukan provinsi hingga nasional serta subjek penelitian pada remaja.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Masri, Erina, dkk (2022) dengan judul “Literasi Gizi dan Konsumsi Gula, Garam, Lemak pada Remaja di Kota Padang” dalam penelitian tersebut peneliti ingin mengetahui pola konsumsi remaja berdasarkan literasi atau pengetahuan yang di dapat. Metode penelitian tersebut menggunakan observasional analitik dengan cross sectional. Data yang diambil menggunakan instrument kuesioner dan frekuensi makanan/minuman tinggi GGL. Hasil penelitian tersebut 58,7% responden memmiliki literasi terbatas dan lebih dari separuh responden mengonsumsi GGL tidak sesuai dengan anjuran atau batas konsumsi per hari. Hal ini menunjukkan literasi gizi berpengaruh dengan konsumsi gula, garam, dan lemak pada siswa di padang. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada lokasi pengambilan data dan makanan/minuman yang dipilih. Penelitian ini cenderung ingin mengetahui makanan/minuman kekinian, bukan pada bekal makanan.

Selain itu, juga akan mengetahui lebih dalam gambaran pengetahuan dan sikap dalam konsumsi GGL pada remaja.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Ritma Dewanti (2022) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Gizi, Sikap dan Perilaku Konsumsi Gula, Garam dan Lemak terhadap Pemilihan Makanan Sehat pada Remaja di Pedesaan” dalam penelitian tersebut peneliti ingin mengetahui hubungan pengetahuan gizi, sikap, dan perilaku konsumsi ggl remaja dipedesaan karena melihat tingginya angka kematian dengan penyebab utamanya yaitu penyakit tidak menular bukan dari penyakit menular. Hal ini terjadi akibat pola hidup dan kebiasaan makan yang tidak sehat. Peneliti juga ingin meneliti masalah gizi saat ini yang tidak hanya terdapat pada masyarakat perkotaan akan tetapi juga di masyarakat pedesaan. Penelitian tersebut menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode observasional analitik dengan rancangan crosssectional menggunakan multistage random sampling dengan total sampel 160 remaja pada siswa kelas X dan XI di 10 sekolah SMA/ sederajat di wilayah pedesaan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi terhadap sikap memiliki $p\text{ value } 0,017$ ($< 0,05$), artinya pengetahuan gizi tidak berhubungan dengan perilaku konsumsi GGL. Sikap terhadap perilaku konsumsi GGL memiliki $p\text{ value } 0,263$ ($> 0,05$), artinya sikap tidak berhubungan dengan konsumsi GGL. Sikap terhadap pemilihan makanan sehat memiliki $p\text{ value } 0,000$ ($< 0,05$), artinya sikap terhadap pemilihan makanan sehat memiliki $p\text{ value } 0,009$ ($< 0,05$). Perbedaan dengan penelitian ini

menggunakan purposive sampling dengan pertimbangan peneliti, sampel diambil langsung dari beberapa remaja di Kelurahan bukan melalui sekolah. Penelitian ini juga hanya ingin mengetahui pengetahuan, sikap dan frekuensi konsumsi remaja.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Namira, Nadila Siti (2020) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Gizi dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Siswa SDN Putat Jaya II Surabaya” dalam penelitian tersebut peneliti ingin mengetahui kecukupan gizi berkaitan dengan pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi memiliki pengaruh pada sikap serta perilaku untuk memilih makanan yang dikonsumsi. Jenis penelitian menggunakan kuantitatif korelasional pendekatan cross sectional, dengan subjek anak dan orang tua. Hasil penelitian tersebut pengetahuan gizi dapat mempengaruhi perilaku dan status gizi pada anak. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada subjek dengan menggunakan remaja. Selain itu, penelitian ini juga hanya melihat gambaran pengetahuan dan sikap tidak sampai pada status gizi remaja