

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Memasuki abad ke-20, mulai bermunculan restoran-restoran *fast food*. Menurut hasil penelitian *Health Education Authority* 2012, usia 15-34 tahun adalah konsumen terbanyak yang memilih menu *fast food* (Erdiawati, 2011). Makanan cepat saji (*fast food*) merupakan makanan yang tinggi kalori, tinggi lemak dan rendah serat. Konsumsi tinggi terhadap makanan cepat saji (*fast food*) diduga dapat menyebabkan obesitas karena kandungan dari makanan cepat saji (*fast food*) tersebut. Perdagangan dan industri pengolahan pangan, jasa dan informasi akan mengubah gaya hidup dan pola konsumsi makan masyarakat, yaitu masyarakat lebih banyak yang memilih untuk mengkonsumsi makanan yang praktis seperti *fast food* dan *soft drink* terutama di perkotaan (Vigianto dan purwaningsih, 2010).

Konsumsi *soft drink* memiliki dampak buruk terhadap kesehatan dan kalangan remaja cenderung mengkonsumsi minuman ini. Minuman ringan atau *soft drink* memberi kontribusi 7,1% dari total pemasukan energi, pemanis buatan ditambahkan untuk memenuhi selera rasa yang digemari

remaja, tambahan pemanis ini mencapai 7 hingga 14%, diantaranya fruktosa dan sukrosa. Tingginya kadar pemanis buatan ini meningkatkan asupan energi pada remaja. Kebiasaan mengkonsumsi *soft drink*, termasuk yang berlabel diet ternyata meningkatkan risiko obesitas. Risikonya bahkan lebih tinggi dibandingkan dengan para penyuka makanan goreng (Fowler, 2008)

Sebagian besar frekuensi remaja dalam mengkonsumsi *fast food* di restoran waralaba berkisar antara 1-10 kali dalam sebulan. Di kota besar banyak ditemukan konsumen yang memilih menu *fast food*, karena keterbatasan waktu maupun fasilitas untuk menyiapkan makanannya sendiri (Adawiyah, 2008). Makanan dikatakan bergizi jika mengandung zat makanan yang cukup dalam jumlah dan kualitasnya sesuai dengan kebutuhan tubuh. Makanan yang kita konsumsi setiap hari dapat dibagi dalam beberapa golongan, yaitu protein, karbohidrat, vitamin, mineral, air dan oksigen dan makanan berserat (Irianto, 2010). Sedangkan *fast food* mengandung tinggi energi, lemak, gula dan sodium (Na), tetapi rendah serat, vitamin A, asam askorbat, kalsium dan folat. Kandungan gizi yang tidak seimbang inilah yang apabila terlanjur menjadi pola makan, akan berdampak negatif bagi status gizi remaja (Erdiawati *et al.*, 2011).

Peningkatan konsumsi *soft drink* di seluruh dunia telah menimbulkan kecemasan yang luar biasa di kalangan dunia kesehatan. Banyak penelitian yang telah membuktikan dampak negatif *soft drink* bagi kesehatan tubuh manusia. Beberapa dampak negatif yang terjadi khususnya pada masa remaja

adalah meningkatnya risiko obesitas dan pertumbuhan tulang yang tidak optimal. Dari 88 studi meta-analisis, telah diuji hubungan antara konsumsi *soft drink* dengan *output* gizi dan kesehatan. Konsumsi *soft drink* dapat meningkatkan *intake* energi dan berat badan. Selain itu, konsumsi *soft drink* juga berhubungan dengan *intake* susu, kalsium, beberapa zat gizi lain yang dapat meningkatkan berbagai macam masalah kesehatan seperti diabetes (Vartanian dkk., 2007).

Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku memilih makanan. Makanan bergizi adalah makanan yang mengandung zat makanan yang cukup dalam jumlah dan kualitasnya sesuai dengan kebutuhan tubuh (Irianto, 2010). Pada penelitian pendahuluan yang telah peneliti lakukan didapatkan hasil bahwa pola konsumsi *fast food* dan *soft drink* pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung adalah dalam kategori sering, dimana hampir seluruh mahasiswa yang mengisi kuesioner mempunyai pola konsumsi *fast food* dan *soft drink* yang sering yaitu lebih dari 2 kali selama satu minggu. Berdasarkan latar belakang diatas, untuk membuktikan hal tersebut pada populasi remaja lebih besar, maka dilakukan penelitian mengenai hubungan konsumsi *fast food* dan *soft drink* dengan status gizi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung. Penelitian yang dilakukan Rizal (2007) yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Unila mendapatkan hasil bahwa frekuensi konsumsi *fast food* pada mahasiswa yaitu seminggu sekali. Dimana jenis makanan yang sering dikonsumsi adalah *fried chicken* dan kentang goreng. Penelitian yang

dilakukan Widyantara (2014) yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Unila mendapatkan hasil bahwa sebesar 58,4% mahasiswa kedokteran memiliki kebiasaan makan makanan *fast food*. Dalam penelitian ini juga disimpulkan bahwa kebiasaan makan makanan *fast food* tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan status gizi mahasiswanya.

1.2 Perumusan Masalah

Makanan *fast food* seperti *fried chicken* dan *french fries*, sudah menjadi jenis makanan yang biasa dikonsumsi pada waktu makan siang atau malam remaja di enam kota besar di Indonesia, seperti di Jakarta, Bandung, Semarang Yogyakarta, Surabaya dan Denpasar. Menurut penelitian tersebut 15-20% dari 470 remaja di Jakarta mengonsumsi *fried chicken* dan *hamburger* sebagai makan siang dan 1-6% mengonsumsi *hotdog*, *pizza* dan *spaghetti*. Bila makanan tersebut sering dikonsumsi secara terus menerus dan berlebihan dapat mengakibatkan gizi berlebih (Irianto, 2010).

Pada era globalisasi perkembangan ilmu, pengetahuan dan teknologi menyebabkan meningkatnya taraf dan kualitas hidup masyarakat. Hal tersebut adalah salah satu penyebab perubahan perilaku kehidupan masyarakat menjadi cenderung lebih modern salah satunya mengonsumsi makanan *fast food* dan *soft drinks*. Berdasarkan hal yang telah diuraikan diatas maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah mengenai hubungan pola

konsumsi *fast food* dan *soft drink* dengan status gizi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui tentang hubungan pola konsumsi *fast food* dan *soft drinks* dengan status gizi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung.

1.3.2. Tujuan khusus

Yang menjadi tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran pola konsumsi makanan *fast food* mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung;
2. Untuk mengetahui gambaran pola konsumsi *soft drinks* mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung;
3. Untuk mengetahui gambaran status gizi mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung;
4. Untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi *fast food* dengan status gizi mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung;

5. Untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi *soft drink* dengan status gizi mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

Untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan penulis serta dapat menjadi pengalaman yang bermanfaat dalam menerapkan ilmu yang didapat selama perkuliahan.

1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan

- a. Menambah referensi kepustakaan mengenai hubungan pola konsumsi *fast food* dan *soft drink* dengan status gizi;
- b. Diharapkan dapat dijadikan sebagai data rujukan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.3. Bagi Pemerintah

- a. Diharapkan dapat menjadi informasi yang bermanfaat sehingga dapat dijadikan sebagai masukan dalam membuat program kesehatan termasuk program gizi;
- b. Diharapkan dapat menjadi informasi yang bermanfaat tentang pola konsumsi dan status gizi remaja Indonesia secara umum.

1.4.4. Bagi Subjek

Dapat memberikan gambaran tentang status gizi masing-masing responden dan menambah wawasan mereka mengenai hal-hal yang dapat mempengaruhi status gizi.

1.5 Kerangka Pemikiran

1.5.1. Kerangka Teori

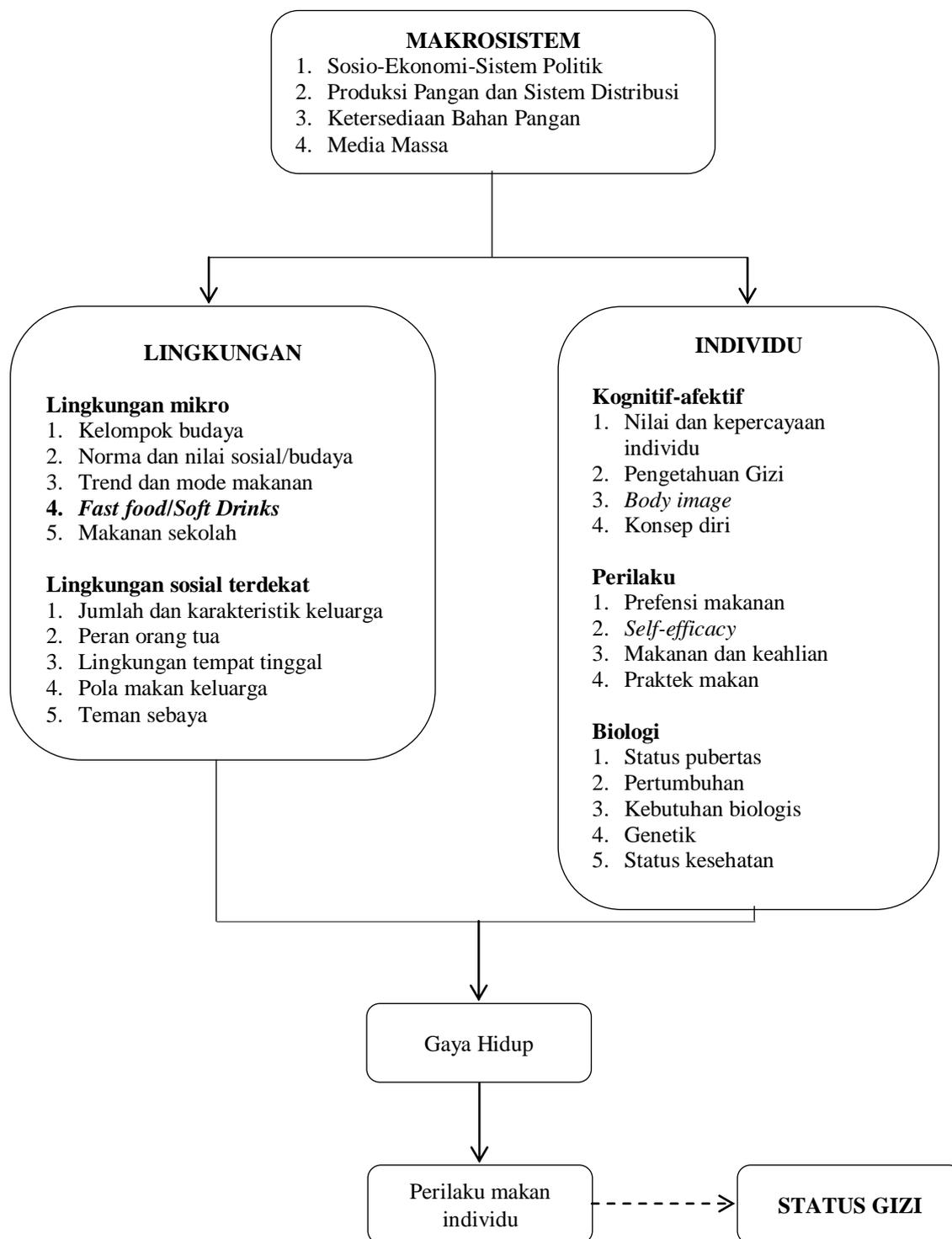
Preferensi makanan dan minuman (*food preferences*) adalah sebagai tindakan/ukuran suka atau tidak sukanya terhadap makanan dan minuman. Sikap seseorang terhadap makanan dan minuman, suka atau tidak suka akan berpengaruh terhadap konsumsinya. Kesukaan atau pilihan terhadap makanan tentu saja akan berpengaruh terhadap konsumsi pangan dan kebiasaan makan seseorang (Zahrulianingdyah, 2008).

Status gizi secara tidak langsung dipengaruhi oleh kebiasaan perilaku makan. Pola dan perilaku makan remaja dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk pengaruh teman sebaya, pengaruh keluarga, ketersediaan pangan, kesukaan akan makanan tertentu, pengeluaran, kepercayaan, budaya, media dan *body image*. Seperti terlihat pada gambar 2, menunjukkan faktor yang memengaruhi perilaku makan,

yaitu individu, lingkungan dan makrosistem. Ketiga faktor tersebut saling memengaruhi perilaku makan (Krummel, 2006).

Faktor makrosistem termasuk ketersediaan makanan, sistem produksi dan distribusi makanan, media massa terutama iklan tentang makanan yang secara tidak langsung banyak memengaruhi perilaku makan. Faktor lingkungan termasuk lingkungan sosial misalnya keluarga, teman sebaya, dan makanan di sekolah, *fast food/soft drinks*, norma sosial dan budaya. Faktor individu/personal yang memengaruhi perilaku makan yaitu termasuk sikap, kepercayaan, kesukaan akan makanan tertentu dan perubahan biologi. Untuk memperbaiki pola makan ini, maka harus dilakukan intervensi gizi pada masing-masing level dari personal/individu, lingkungan dan makrosistem tersebut.

Kebiasaan makan pada remaja tidak statis, berubah-ubah sesuai dengan perkembangan kognitif dan psikososial. Aktivitas remaja umumnya banyak dilakukan di luar rumah sehingga sering dipengaruhi oleh teman sebaya. Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi tetapi sekadar bersosialisasi, untuk kesenangan, dan supaya tidak kehilangan status.

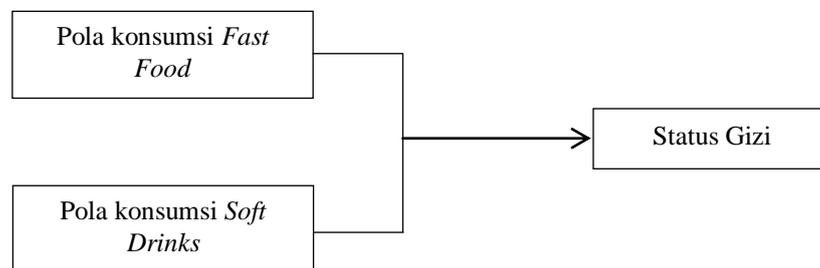


Gambar 1. Kerangka teori

Sumber: Brown (2008)

1.5.2. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian pada dasarnya adalah kerangka hubungan antara konsep-konsep yang ingin diamati atau diukur melalui penelitian-penelitian yang akan dilakukan (Notoatmodjo, 2005). Berdasarkan tujuan penelitian di atas maka kerangka konsep penelitian dalam ini adalah:



Gambar 2. Kerangka konsep

1.6 Hipotesis

Berdasarkan kerangka konsep yang telah diuraikan di atas maka hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi *fast food* dan *soft drink* terhadap status gizi mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung.